Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

1.4

4/13

सद्-वाणी

594

8/258

"तेषामेवैष ब्रह्मलोको येषां तपो
ब्रह्मचर्य्यं, येषु सत्यम् प्रतिष्ठितम्."

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

Library

SHREE SHREE MA ANANDAMAYEE ASHRAM

Bhadaini, Varanasi-1

No 2/73

Book should be returned by date (last) noted below or re-issue arranged. Otherwise a fine of 10 N.P. daily shall have to be paid.

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

सद्-वाणी

"तेषामेवैष ब्रह्मलोको येषां तपो
ब्रह्मचर्य्यं, येषु सत्यम् प्रतिष्ठितम्।"

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

প্রকাশক
স্বামি পরমানন্দ
শ্রীশ্রীআনন্দময়ী আশ্রম,
ভদৈনী, কাশী।

এক টাকা

প্রিণ্টার—শ্রীরবীন্দ্রনাথ মিত্র
নালন্দা প্রেস
১৫৯।১৬০ কর্ণওয়ালিস ষ্ট্রীট, কলিকাতা

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

2/43
6/৬৫২

নিবেদন

জগতে নূতন বলিবার কিছুই নাই। পুরাতনই কালচক্রে ঘুরিয়া ফিরিয়া বারবার নব কলেবরে প্রকাশিত হইতেছে। পরমতত্ত্ব সম্বন্ধে ইহা আরো খাঁটি। একই সনাতন সত্য কালে কালে নানা যুগে নানা ভাবে প্রচারিত হইয়া বহুত্বের মাঝে একত্বের প্রতিষ্ঠা করিবার প্রয়াস পাইয়াছে, এবং এই চিরন্তন সত্যই মানব-চিত্ত পবিত্র ও জাগ্রত করিতেছে। আশাকরি "সদ্-বাণীর" কথাগুলি সকলেরই তদ্রূপ আনন্দ বিধান করিবে।

যাঁহার শ্রীচরণোপান্তে বসিয়া এই সংগ্রহ সঙ্কলিত করিয়াছি, তাঁহার এই উপদেশ—"যে কোন অবস্থায় যে কোন পথে দৃঢ়নিষ্ঠায় এক লক্ষ্যে চলিলেই আত্মানুসন্ধান সহজ হয়" সকলেরই মনে রাখা উচিত। অথবা—তস্য তদেব মধুরং যস্য মনো যত্র সংলগ্নম্।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

4/73
6/251

সদ্-বাণী

১

কর্ম্মক্ষেত্রে লোক স্বাধীন গতির অভাবে পঙ্গু হ'য়ে পড়ে। ধর্ম্মক্ষেত্রেও সেইরূপ। স্ব স্ব চিন্তার প্রসারতা না পেলে সাধকের সাধন-চেষ্টা সঙ্কুচিত হ'য়ে যায়। যে, যে পথটী ধরে আছ, সেই পথেই শুদ্ধভাব পরিপুষ্টি লাভের জন্য পুরুষার্থ প্রয়োগ কর। লক্ষ্য যখন প্রাণময় হতে থাক্‌বে, যার যা আবশ্যক—"আপ্‌সে আপ্‌ হো যায়েগা" ॥

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

২

আকৃষ্ট হওয়া মানে হচ্ছে পরিবর্ত্তিত হওয়া। তোরা যখনি কোন লোক, কোন বস্তু বা কোন ভাবের উপর আকৃষ্ট হয়েছিস্, তখনি নিজের কিছু ত্যাগ করতে হয়েছে। যতটুকু ছাড়বে, ততটুকু পাবে ইহা স্বতঃ-সিদ্ধ। কিছুই ছাড়্‌বনা অথচ সকলি পাব,—এ কখনো হয় না। কারণ, এক সময় একই স্থানে দুই বস্তুর স্থিতি হ'তে পারে না এবং ত্যাগ ব্যতীত কোন কর্ম্মই চলে না। ঈশ্বর ভাবে প্রাণ মন যত বেশী পূর্ণ হবে, ভোগ বাসনা সেই পরিমাণে ক্ষয় হ'তে থাক্‌বে; এবং যেদিন তাঁতেই আকৃষ্ট, পরিবর্ত্তিত ও অনুভাবিত হ'য়ে যাবে সে দিনই মনের লয়। তাঁর আকর্ষণ ভিতরে না জাগ্‌লে আকৃষ্ট হওয়া যায় না সত্য, কিন্তু সেই অনু-ভূতির জন্য দৃঢ় চেষ্টায় উন্মুখ থাকা আবশ্যক। এই হেতু, ব্যবসায়ীদের নিত্য দিনের বাজার দর জানার মত, প্রতিনিয়ত তাঁর সম্বন্ধীয় আলোচনাদি নিয়ে থাকতে হয়।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৩

সীমার মধ্যে একটী ভাব নিয়ে চল্‌তে চল্‌তে যখন লক্ষ্য স্থির হয় তখন সীমার বন্ধন খু'লে যায় এবং একই বহু, বহুই এক হ'য়ে দাঁড়ায়। অসীমে পৌঁছাবার শক্তি লাভের জন্য প্রথমে সীমাবদ্ধ হ'য়ে চলা উচিত; দেহাধ্যাস যতক্ষণ প্রবল, বিধিনিষেধের গণ্ডীতে নিজেকে ততক্ষণ বেঁধে রাখা আবশ্যক। ইহার জন্য ধৈর্য্য চাই, সহিষ্ণুতা চাই। বিশ্ব-প্রকৃতি নিজে অস্থিরা হ'লেও কখনো কাহারো চাঞ্চল্যে সহায়তা করেন না।

৪

সাধনার দশ অবস্থা :---

একে ভগবান পানে ছুটে' চ'লে মন ;
দুয়ে চঞ্চলতা এসে দাঁড়ায় তখন।
তিনে তাড়াতাড়ি তাঁরে প্রাণ পেতে চায়,
চা'রে চতুরতা ক'রে তাঁর পানে ধায়।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পঞ্চমে উপরে যেতে ব্যস্ত সদা মন ;
ছয়ে ছলছল ক'রে ঝরে দুনয়ন ;
সাতে সাঁতারিতে চায় আনন্দ সাগরে ;
আটে দিবানিশি জপ ইষ্টলাভ তরে।
নয়েতে আপন ভোলা ভাবের উদয় ;
দশে উঠে সাধকের সিদ্ধি লাভ হয়।

৫

ভবযন্ত্রণা ভিন্ন ভবযন্ত্রের যন্ত্রীর সঙ্গে পরিচয়ের ইচ্ছা উদয় হয় না। রোগ, শোক, অভাব, অনুতাপ ইত্যাদি মনুষ্য জীবনে খুবই দরকার। আগুন যেরূপ আবর্জ্জনাদি দগ্ধ করে, সেইরূপ ত্রিতাপের দ্বারা হৃদয়ের মলিনতা নষ্ট হয় এবং ভগবানের প্রতি একাগ্রতা আসে। অন্তরে যখন নিজের দুর্ব্বলতা ও উচ্ছৃঙ্খলতা প্রভৃতির স্মৃতি এসে ব্যথা জন্মায় বা পীড়া, দারিদ্র্য, পুত্রকলত্রাদির বিয়োগ, লাঞ্ছনা ইত্যাদিতে জীবনধারণ বৃথা ব'লে মনে হয়, তখনই বিশ্বাস ও

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

শ্রদ্ধাভরে ভগবৎ চরণে আত্মনিবেদন করার জন্য মানুষ আকুল হয়ে উঠে। এ কারণে দুঃখকে বরণ কর। গ্রীষ্মের তাপদগ্ধ চিত্তে চন্দ্রকিরণ যত মধুর বোধ হয়, অন্য কোন সময়ে তেমন হয় না।

৬

তোরা "ভগবানকে চাই চাই" করিস্, বাস্তবিকই কি তোরা মনেপ্রাণে তাঁকে চাস্, ভেবে দেখ্ ত? যদি যথার্থ চাস্, নিশ্চয় তাঁকে পেতে পারিস। চাইবার লক্ষণ কি জানিস? যেমন নৌকাডুবি যাত্রী কুল চায়, পুত্রশোকাতুরা মাতা সন্তানকে চায়, সেভাবে তাঁকে যদি চাস্ তবে দেখবি তিনি দিনরাত তোর সঙ্গে সঙ্গেই আছেন। তোরা তাঁর কাছে সংসারের নানা বস্তু চাস্, তাই তিনি তোদের ধনজন প্রতিষ্ঠা ইত্যাদির দ্বারা ভুলিয়ে রাখেন। তাঁকে তাঁর জন্যই চা', নিশ্চয় তাঁর দেখা পাবি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৭

জগতে অশ্রদ্ধা বা উপেক্ষার বস্তু কিছুই নেই, তিনি অনন্তভাবে, অনন্তরূপে অনন্তলীলার খেলা খেল্‌ছেন। বহু না হলে এ খেলা কি করে চলে? দেখিস্ না আলো ও আঁধার, সুখ ও দুঃখ, আগুন ও জল কেমন ক'রে একই শৃঙ্খলে বাঁধা রয়েছে। মনে রাখ্ শুদ্ধ ভাবের সঙ্গেই সাধনা। আমরা যতই অশুভ বা সঙ্কীর্ণ চিন্তার প্রশ্রয় দিই, ততই আমরা জগতের অমঙ্গলের কারণ সৃষ্টি করি। পরের কি আছে না আছে তোর বিচারের দরকার কি? নিজেরাই তৈয়ারী হ'। নিজে সুন্দর হ'য়ে সুন্দর হৃদয়-আসনে চির সুন্দরকে প্রতিষ্ঠিত কর্‌তে পরেলে সবই সুন্দর দেখতে পাবি।

৮

কারো সাথে দেখা হ'লে প্রায়ই শুনি,—"তোমার কোন অসুবিধা হচ্ছে না ত?" তোরা দূরে সরে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

থাকতে চাস্ কিনা, তাই এরূপ প্রশ্ন সহজ হয়। বাস্তবিক দেখ্, তোরা যখন তোদের বাপ, মা, ভাই, ভগ্নীর নিকট যাস্, তখন কি তোদের এরূপ জিজ্ঞাসা মনে আসে? সেখানে তাঁদের স্নেহ-সঙ্গ তোদের মনের অনুকুল হয় ব'লে, তাঁদের কোন অসুবিধা হলেও সেদিকে তোদের চোখ পড়ে না। তোরা যদি বুঝিস্ এই শরীরটা তোদেরই আপন, তখন এই শরীরটার কাছে আসলে তোদের আর এই প্রশ্ন উঠবে না। যখন যেখানে যাস্ সেখানে পূর্ণ প্রাণ নিয়ে যাবি, তাহ'লে দেখ্‌বি কেউ কারও পর নয়। তোদের যখন খুসি তখন আমার কাছে আস্‌বি। তোদের দেখলে আমার বড় আনন্দ হয়, তোরা যে এক আনন্দেরই প্রতিমূর্ত্তি!

৯

জগতে সকলে এক পরম পিতারই সৃষ্ট বলে কাহারও সহিত কেহ ভিন্ন নয়। যেরূপ এক পরিবারে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বহু ছেলে-পিলে হ'লে জীবনযাত্রা নির্ব্বাহের সুবিধার জন্য দশ রকম ভিন্ন ভিন্ন বৃত্তি অবলম্বন ক'রে দশ জায়গায় দশখানি বাড়ী ক'রে তারা বসবাস করে, তেমনি মূলে সকলে এক হ'লেও কর্ম্ম-শৃঙ্খলার বশবর্ত্তী হ'য়ে বহু ভাবে বহুরূপে দলবদ্ধ হ'য়ে সবাই রয়েছে মাত্র। জগতে যেরূপ রোগের প্রতিকারের জন্য এ্যালোপ্যাথি, হোমিওপ্যাথি, কবিরাজী ইত্যাদির ব্যবস্থা রয়েছে, যার যেটি উপযোগী সে সেরূপ চিকিৎসা গ্রহণ করে, তেমনি ভব-রোগীর জন্য শাস্ত্রবাক্যে ও সাধুমুখে নানা বিধান, নানা উপদেশ রয়েছে, লক্ষ্য সকলেরই এক। হিন্দু, মুসলমান, শাক্ত বা বৈষ্ণবের বিভিন্ন পথগুলি তাঁর দুয়ারেই পৌঁছেছে। রেল ষ্টেশনে ঢোক্‌বার পথেই যত গোলমাল, যত ঠেলাঠেলি, "প্লাট্‌ফরমে" গেলে যার যার গন্তব্য স্থান নির্দ্দিষ্ট!

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

১০

প্রভু এবং দাস দুই আধার হলেও মূলতঃ এক। প্রভু যখন করুণাময় রূপে নিম্নে অবতরণ করেন তখন তিনি হ'ন দাস। দাস যেমন প্রভুর অভাবে চল্‌তে পারে না, প্রভুকেও তেমনি দাসের অপেক্ষা রাখতে হয়; পরস্পরের এমনি নিত্য সম্বন্ধ যে একজনকে ছাড়া অপর থাকে না। দাসের শরণাগতির পক্ষে প্রভুই একমাত্র আশ্রয়। প্রভুর সেবা সম্বন্ধেও দাস একমাত্র অবলম্বন। যিনি পূর্ণ বা অখণ্ড ভাবে প্রভু, তিনিই খণ্ড বা অংশ রূপে দাস। অথবা দাস প্রভুর খণ্ড ভাবের বিকাশ মাত্র। তোরা যে দাস, দাস করিস্, সে'ত কেবল কথার কথা। দাস ছিল:- হনুমান, গরুড় প্রভৃতি। প্রভুর ভাবে তারা আপনাকে এমন বিলিয়ে দিয়েছিল, যে তাদের আর স্বতন্ত্র সত্তাই ছিল না। পূর্ণ দাসত্ব চাই। প্রভুর উদ্দেশ্যে ধন, জন, মন ও দেহাদি সর্ব্বস্ব পূর্ণ ভাবে সমর্পণ কর্‌তে না পারলে দাস হওয়া যায় না এবং প্রভুর কাছ থেকেও চাপরাস্ মিলে না।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

১১

মনে হয় কি জানিস্ এ জগৎ একটী মৃদঙ্গের মত; এর বাদক একজন। সে যে বোল্ বলায়, সে বোল্ বলে। কীর্ত্তনে কি দেখতে পাস্ না, মৃদঙ্গের তালে তালে বহুলোক নাচে, গায়, কিন্তু বাদ্য-যন্ত্র বা বাদকের প্রতি কয়জনের লক্ষ্য থাকে? সংসারে যার আনন্দের কণা নিয়ে সকলে সুখে দিন কাটায়, তাঁকে কেউ জানতেও চায় না! সকল বিষয়ের মূল রূপে যিনি বর্ত্তমান, তাঁর অনুসন্ধান কর্—ইহাই তপস্যা, ইহাই সাধনা।

১২

অনেকের মুখে শুনি, "সংসারে থাকলে ধর্ম্মলাভ হয় না।" এ কথাটী কি সম্পুর্ণ সত্য? গার্হস্থ্য জীবনের ভিতর দিয়ে ধর্ম্মলাভের কত সুযোগ? পিতামাতার স্নেহ, ভ্রাতা-ভগ্নীর অনুরাগ, স্বামী-স্ত্রীর প্রেম, পুত্র-কন্যার ভক্তিশ্রদ্ধা, আত্মীয়-বন্ধুর ভালবাসা, আশ্রিত ও দীন-দুঃখীর আশীর্ব্বাদ ইত্যাদি ধর্ম্ম-জীবনের কত

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সহায়,—চিন্তা করলেই বুঝবি। সংসারের সুখ দুঃখের আন্দোলনে মনটিতে ঘসামাজা পড়লে কখনো কখনো মানুষকে ত্যাগময় করে, ভগবানের জন্য আকুলতা জাগায় ;—সে অবস্থার সুযোগ গৃহত্যাগী সাধুরাও অনেক সময় লাভ করতে পারে না।

১৩

"ডাকতে চাই ডাকতে পারিনা"—একথা বল্লেই কি হ'ল ? বাড়ীতে সামান্য যদি অসুখ-বিসুখ করে, সময়ে অসময়ে ডাক্তার কবিরাজের কাছে কত ছুটাছুটি করিস্, সংসারের কোন কাজে যদি সামান্য ওলটপালট্ হয়, অমনি শৃঙ্খলার কত বিধি-বিধান করিস্ ; আর যেই ঈশ্বর চিন্তার পালা আস্‌ল, তখন "পারিনা" বলেই তাঁর কৃপার দোহাই দিয়ে একেবারে স'রে রইলি। একি কর্ম্মীর কথা ? একবার উৎসাহের সহিত জেগে ওঠ্, খুব ডাকতে পারবি। নিজের শরীরটি সুস্থ, সুন্দর, সুঠাম করবার জন্যে যেমন ভাবে যত্ন করিস্, তেমন

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ভাবে মনটাকেও তৈরী করবার ব্যবস্থা কর্, দেখবি ডাকবার ভাবটি প্রাণে আস্‌বেই আস্‌বে। কেবল তত্ত্ব নিয়ে ব'সে থাক্‌লে চলবে না, তদনুযায়ী কর্ম্ম ও অভ্যাস চাই। এক লক্ষ্যে কর্ম্ম কর্‌তে কর্‌তে কর্ম্মসিদ্ধির কৌশল আপনা হ'তে জানা হ'য়ে যায়।

১৪

মনের চাঞ্চল্য, অস্থিরতা, সংশয় ইত্যাদি যত কিছু অপরাধ থাকুক না কেন, আনন্দই ইহার মূল প্রকৃতি। শিশুর মত অবিচারে এখানে ওখানে, ভাল-মন্দে মন কেবল আনন্দই খুঁজে বেড়ায়। কিন্তু সংসারের খণ্ড খণ্ড আনন্দ মনকে বেশীক্ষণ কোথাও ধ'রে রাখতে পারে না। ভালবাসা ও তাড়না উভয় সংযোগে যেমন ছেলে-পিলেকে শিক্ষা দেওয়া হয়, সেইরকম মনকেও তেমন ভাবে তৈরী করতে হয়। সৎসঙ্গ, শুদ্ধভাব, সদালোচনা প্রভৃতির দ্বারা মনের অন্তর বাহির পুষ্ট কর্, তা'হলে ক্রমশঃ ইহা তাপশূন্য

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

হ'য়ে পরমপদে বিশ্রাম লাভের উপোযোগী হবে। যেরূপ যুদ্ধক্ষেত্রে আক্রমণের চেষ্টা অপেক্ষা আত্মরক্ষার ব্যবস্থা সর্ব্বাগ্রে আয়োজন করা হয়, তদ্রূপ শুভ কর্ম্মাদিতে মনকে বিবেক ও বিচারের পরিখার ভিতর বিশেষ সাবধানে রাখ্‌বি, যাতে ভোগতৃষ্ণারূপী বহিঃশত্রু ইহাকে হয়রান্ কর্‌তে না পারে। মনের শত্রু বা বন্ধু মনই, মনকে দিয়েই মনের অজ্ঞানতা দূর করতে হবে। মনকে নির্ম্মল করবার সহজ উপায় সাধুসঙ্গ ও অবিরাম ভগবৎ নাম-কীর্ত্তন।

১৫

মানুষ কেবল বাইরের সুযোগ সুবিধা খুঁজে বেড়ায়। কিন্তু কেহই বোঝেনা যে বাইরের সুবিধা অসুবিধা নিয়ে যতক্ষণ ভাবনা চিন্তা, ততক্ষণ বাহিরেই থাকা হয়; বাহির ভিতর একসঙ্গে দেখবার চেষ্টা না করলে, তাঁহার সন্ধান পাওয়া যায় না। বাহির হ'ল, দেহ, ধন, জন, গৃহ ইত্যাদি; আর ভিতর হ'ল,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

আত্মচিন্তা বা সকল চিন্তার ভিতর তাঁকে সম্মুখে রাখতে চেষ্টা করা। দেহের আরাম, মনের আরামের প্রতি লক্ষ্য রেখে চল্‌তে চল্‌তে শুধু বাহিরের ভাবগুলিই পুষ্টিলাভ করে, ভিতরটায় মরিচা ধরে ; এইজন্য চিত্তের মলিনতা পরিষ্কার করতে কর্‌তেই জন্ম জন্মান্তর চ'লে যায়। যতদিন বাহির সরাতে না পারিস্, তত দিন সঙ্গে সঙ্গে ভিতর দিকেও লক্ষ্য রাখ্, আত্মতত্ত্বের অনুসন্ধান কর্, নিত্যানন্দের ধ্যান কর। শুভ মুহূর্ত্ত উদয় হ'লে দেখ্‌বি ক্রমে সকল ধ্যান একমুখী হ'য়ে বাহির ভিতর এক ক'রে দিয়েছে।

১৬

তোরা যে সাত্ত্বিক আহার নিয়ে এত যুক্তিতর্ক করিস্ আমি বলি সাত্ত্বিক আহার মানে হচ্ছে—"সদ্‌ভাবের আহার অথবা সত্যে বা ভগবানে প্রতিষ্ঠিত থাকা।" একবেলা একসিদ্ধ আহার কর্‌লি, অথচ দিনরাত বিষয়-চিন্তায় মগ্ন রইলি, ইহাতে সাত্ত্বিক

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

আহারের সার্থকতা কি? চিত্তরূপ খলের ভিতর নাম বা আত্মবিচাররূপ ঔষধটীকে বিশুদ্ধ আকাঙ্ক্ষা-মধুর দ্বারা ঘর্ষণ করে পান কর্, প্রয়োজনীয় পথ্য ও অনুপানের ব্যবস্থা ভিতর থেকেই আস্‌বে। সকল সময় উদ্দেশ্যকে সৎ রাখ্‌বি, শরীরের সঙ্গে সঙ্গে মন দিয়ে কাজ কর্‌বি, তা'তেই মন ও দেহ সাত্ত্বিক হ'য়ে সাত্ত্বিক আহারের ফল দেবে।

ভোগমাত্রই খাদ্য। এ কারণে হুঁসিয়ার থাক্‌বি, খাদ্য যেন তোদের না খায়, তোরা সর্ব্বদা খাদ্যকে আত্মাধীনে রাখ্‌বার চেষ্টা কর্‌বি।

১৭

ডাক মাত্র একটি, সে ডাকটির জন্যই নানা জাতির ভিতর নানা ব্যবস্থা রয়েছে। যেদিন কাহারো সে ডাকটি আসে, সেদিন আর তাহার ডাকাডাকি থাকে না। বাস্তবিক তুই ত তাঁকে ডাকিস্ না, তিনিই সর্ব্বদা তোকে ডাক্‌ছেন। যেরূপ নিশির

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

নিস্তব্ধতায় দেবমন্দিরের শঙ্খ-ঘণ্টা-ধ্বনি স্পষ্টরূপে শোনা যায়, সেরূপ তাঁর প্রতি অনন্য ভাব-ভক্তির দ্বারা বিষয়-বিক্ষুব্ধতা শান্ত হ'লে সে ডাকের প্রতিধ্বনি এসে পূর্ণরূপে প্রাণে বাজে। তখনই খাঁটি ডাকটি বাহির হয়। ইহা সকলেরই আসবে, কেননা শিব যেমন জীবে পরিণত হয়েছেন, জীবও আবার শিবে পরিণত হবেন। জল ও বরফের মত জীব ও শিবের এই খেলা নিত্যকাল চল্‌ছে।

১৮

জগতে কাউকে বাদ দিয়ে কেউ চল্‌তে পারে না। প্রত্যেকেই প্রত্যেকের কাছে অল্প বিস্তর সম্মান ও নির্ভরতার দাবী রাখে। বিধাতার সৃষ্টি-রক্ষায় আমার আবশ্যকতা আছে, তোমার আবশ্যকতা নেই, একথা কেউ বল্‌তে পারে না। রাজা না থাক্‌লে যেমন শাসনতন্ত্র চলে না, তেমনি প্রজা না থাক্‌লে রাজা থাকে না। সকলেই যার যার নির্দিষ্ট কর্ম্ম-পথে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বিশ্বপিতার ইচ্ছা সম্পন্ন ক'রে উন্নতির পথে ক্রমে অগ্রসর হচ্ছে। কাজেই গুণ বা অবস্থাদির কথা মনে ক'রে নিজে বড় ও অন্যে ছোট এরূপ মনে করাই ভুল। বিরাট জগৎটী খণ্ড খণ্ড ভাবে না দেখে সমষ্টিরূপে দেখ্, তাহলে এ সম্বন্ধে আর কোন সন্দেহই স্থান পাবে না। যে নিজকে সম্মান করতে জানে, সেই পরকে ততোধিক সম্মান দেয়। সম্মান ভিন্ন শ্রদ্ধা আসে না, শ্রদ্ধা না হ'লে প্রেম জাগে না; কাযেই প্রেমের অভাবে প্রেমের ঠাকুর বহুদূরে স'রে থাকেন, তাঁর কোন খোঁজ মেলে না।

১৯

মূলে সবই এক; এক হ'তেই এই বিশ্বব্রহ্মাণ্ডের প্রকাশ। হিমালয় যে দেখেনি, সে নাম শুনে মনে করবে, হিমালয় মাত্র একটি পর্ব্বত। কিন্তু হিমালয়ের গোড়ায় এসে দাঁড়ালে দেখ্‌তে পাবে যে কত শত শত পাহাড়, লক্ষ, লক্ষ গাছ পালা, জীবজন্তু, স্রোত-

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

প্রস্রবণাদি নিয়ে কত যোজন ব্যেপে এই গিরির
হিমালয় দাঁড়িয়ে আছেন। তদ্রূপ, সাধনার রা
যে যত নিকটে আসবে, যে যত ভিতরে প্রবে
করতে পারবে, সেই দেখবে একই বহুরূপে রয়েছে
অথবা বহুই এক। আমরা সর্ব্বদা এক নিয়েই চ
অথচ বহুতে ভু'লে থাকি। এক পা ক'রে হাঁট
হাঁটতে হাঁটা শেখা হয়। এক এক গ্রাস খেতে খে
ক্ষুান্নবৃত্তি হয়, এক একটি অক্ষর যোজনা ক'রে
হয়, এক একটি দিন গণনা ক'রে মাস এবং এক এ
মাস বৎসরে পরিণত হয়।

তোদের মুখে শুনেছি—"একমেবাদ্বিতীয়
প্রকৃত পক্ষে তাই; জগতে এক ভিন্ন আর কি
নেই। রূপ রস গন্ধাদি নিয়ে জগৎ; এরা প্রত্যে
যদিও বিবিধ ভাবে প্রকাশিত হ'য়ে সৃষ্টির ম
প্রকাশ করছে, কিন্তু এক হ'তেই এদের আবির্ভ
আবার একেই লয়; এবং একের পূর্ণতার জ
সকলের সার্থকতা। এক লক্ষ্যের দ্বারা এক রূপ,
রস, এক গন্ধ, স্পর্শ অথবা একটি শব্দে প্রতি

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

হ'বার চেষ্টা কর্; তখনি দেখ্‌বি এই একের মধ্যে সবগুলিই সম্মিলিত রয়েছে। ইহার পরই উপলব্ধি হবে একই সব, সবই এক; এবং সেই এক ব্যতিরেকে আর কোন অস্তিত্ব নেই।

২০

যতদিন বলা কহা আছে, ততদিন বলতে হয় খুব কম। যে যা বলে শু'নে হজম কর্‌বি, আর যখন নিতান্ত আবশ্যক হয়, হোমিওপ্যাথি মাত্রার মতো অল্প কথায় মুখ খুল্‌বি। দেখিস্ না এলোপ্যাথি ঔষধের মাত্রাগুলি কত বড়, অথচ দেখা যায় কখনো কখনো হোমিওপ্যাথি এক ফোঁটায় তার চেয়ে বেশী কাজ করে! বেশী কথার মাঝে নিজের বড়াই, পাণ্ডিত্যের ছড়াছড়ি বা তর্কের কাটাকাটি ভিন্ন আর কি আছে? কথার চেয়ে কাজের জোর অনেক বেশী। বাইরের কথায় বা তর্কে মানুষ তৈরী হয় না। ভিতরে মনের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সঙ্গে বিচার ক'রে অন্তঃপ্রবৃত্তিকে স্থির কর্। দেখ্
বলা ক'হার ভাব কমে যাবে।

২১

জা

সর্ব্বদা উর্দ্ধ দিকে তাকিয়ে উর্দ্ধ পানে চল
নীচের দিকে লক্ষ্য রাখ্‌লে পাতালে নেমে পড়বি
সমান রাস্তায় চল্‌তে চল্‌তে উর্দ্ধে তাকাবার ভ
তোদের বড় ক'মে গিয়েছে, কিন্তু সম্মুখ বা উপস্থিত
ধ'রে চলবার তোদের যে অভ্যাস হয়েছে, তাওত ক
কাজে লাগাস্ নে! উর্দ্ধে চাইবার অভ্যাস কর
দৃষ্টি সর্ব্বদা উর্দ্ধে না থাকৃলেও অন্ততঃ সমান সমানে
স্থির থাকতে তো পারে। উর্দ্ধে উঠ্‌বার সাহস
যোগের নামই উৎসাহ। দেহ চলছে কিন্তু মন চলছে
না, আবার মন চলছে কিন্তু দেহ নড়্‌ছে না, এরূপ
অভিযোগ প্রায়ই শোনা যায়। তখন জোর ক'রে
ক্রিয়াশীল হ'তে হ'বে, নতুবা পতন অনিবার্য্য। সকল
কাজে সাহস চাই, সাহসই শক্তি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

২২

সব সময় খোলা গায়ে, খোলা বাতাসে, খোলা জায়গায় থাক্‌তে চেষ্টা কর্‌বি। খোলা পাহাড়, খোলা সমুদ্র প্রাণ ভ'রে দেখ্‌বি, খোলা মনে কথা বল্‌বি। নিতান্ত আর কিছু না পারিস্‌, অবসর পেলেই আকাশের দিকে চেয়ে থাক্‌বি। এরূপ কর্‌তে কর্‌তে দেখ্‌বি তোর জড়গ্রন্থিগুলির বাঁধন শিথিল হ'য়ে তোকে খু'লে দিচ্ছে। পূর্ণ চেতনা খোলা আধারেই বাস করে; রুদ্ধমাত্রেই পঙ্গু। সংসারে কেবল দেহ নিয়েই প্রবেশ করেছিলি, আবার এ দেহ ছেড়েই তোকে যেতে হবে। মাঝখানের এসময়টুকুতে অতিরিক্ত আবরণ বা আভরণের বোঝা বাড়ালে তা ছাড়্‌তে বড় দুঃখ পেতে হবে। দেহ হাল্‌কা রাখ্‌, মন হাল্‌কা থাক্‌বে। এরূপে দেহ মন দুই হাল্‌কা হ'লে জীবাত্মার মুক্তি সহজ হবে।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

২৩

ধন, দৌলত কিসের জন্য? নিজের জীবনধারণ ও পুত্র পরিবারের ভরণ পোষণের জন্য। পুত্র পরিবার কার জন্য? সরল ভাবে জবাব দিলে বল্‌তে হবে "আমার জন্য।" তারপর যদি প্রশ্ন করা হয়—"এই আমি কে? তা'হলে আর জবাব নেই। এইত হ'লো তোদের বুদ্ধির দৌড়। "আমি কে" একবার বেশ ভাল ক'রে চিন্তা ক'রে দেখ্‌ দেখি, তখন দেখ্‌বি, যে সব পুঁথিপত্র স্কুল কলেজে বসে এতদিন যা চর্ব্বিত চর্ব্বণ করেছিস্, আর কর্ম্মক্ষেত্রে যে অভিজ্ঞতা লাভ করেছিস্, তার ভিতর এই প্রশ্নের জবাব নেই। "আমি ও আমার" সন্ধান পেতে হ'লে, পুরাতন চিন্তার ধারা বদ্‌লে সেই একতত্ত্বের সাধনায় মনযোগ দিতে হবে। যখন চিত্ত চঞ্চল হবে, দৃঢ়তার সঙ্গে সরিয়ে এনে তাকে "আমির" মূলে আকৃষ্ট রাখ্‌তে হ'বে। ইহাই আত্ম-দর্শনের উপায়।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

২৪

অরুণোদয়ে বৈরাগী এসে ঘরে ঘরে হরিনাম ক'রে গেল, শুন্‌ল হাজার লোক, কিন্তু মনে রইল কয়জনার? এর কারণ কি? কাণ ত সকলেরই আছে; তবে আপাতমনোরম সংসারের সুরগুলি অধিকাংশ লোকের এমন ভাল লেগে গেছে যে ধর্ম্মের সুর সহজে তাদের কাণে বাজে না। এর একমাত্র প্রতিবিধান এই যে প্রত্যহ "হরি" বা যে কোন ঈশ্বর-বাচক নাম জপ করতে হবে; দশটী হৌক আর দশ হাজার হৌক; তা না হ'লে প্রত্যহ কিছুকাল উপাসনা বা আত্মবিচার, সাধু-সঙ্গ, সদালাপ প্রভৃতিতে কাটাতে হবে। এরূপে ক্রমে ক্রমে দেহ-যন্ত্রটী ধর্ম্মসঙ্গীত গ্রহণ করবার জন্য উদ্‌গ্রীব হবে। প্রত্যহ মনযোগ না দিলে যেমন কোন বিদ্যাই অর্জ্জন হয় না, আত্মতত্ত্বও তদ্রূপ সাধনার বিষয়,—এই ধারণা রাখা আবশ্যক। ঘড়িতে দম দেওয়ার মত, মনের কলে ভগবদ্ ভাবের চাবিটী অন্ততঃ দিনে একবার ঘুরিয়ে নিলেও চিত্তশুদ্ধির অনেক সহায়তা হয়।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

২৫

কাহারো দোষ দেখ্‌তে নেই, তাতে চক্ষু ও মন মলিন হয় এবং জগতে পাপের বোঝা বাড়ানো হয়। এ কারণে যা কিছু দেখ্‌বি শুন্‌বি তার ভিতর কেবল ভালর দিকেই চোখ রাখবি। ভালই সত্য ও জীবন, মন্দ তো ছায়াদর্শন মাত্র। কেউ কখনো মন্দ হ'তে চায় না এবং অন্যের সঙ্গ করবার ইচ্ছা হ'লেই মনে করবি যে ভালর সন্ধানই তোর উদ্দেশ্য। সত্যই তোর ভাব যদি ভিতরে বাহিরে সমান হয়, মন পবিত্র ও প্রফুল্ল থাকবে এবং বুদ্ধি ও বিচার শুদ্ধ হ'বে। তখন তুই কোথাও ভাল ছাড়া মন্দ দেখ্‌বি না। পূর্ণ মাত্র ভগবান, অন্য কেহই নিখুঁত নয়। পরের গুণ দেখ্‌তে দেখ্‌তে বেশী কম সেগুলি তোর ভিতর অনুপ্রবেশ করবে, কারণ, যে যেরূপ ভাবে, সে সেরূপ হয়। প্রকৃত পক্ষে অপরের গুণগ্রাহী হ'তে পারলে যেরূপ তৃপ্তি পাওয়া যায়, নিজের গুণ দেখেও তেমন হয় না। নিজের গুণ দেখে দেখে কেবল অহঙ্কারই বৃদ্ধি পায়, আর পরের দোষ বা দুর্ব্বলতার দিকেই কেবল দৃষ্টি পড়ে।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

২৬

যাহার মনের হুঁস বা আত্মচিন্তা আছে, তাহাকে মানুষ বলে। মানুষ না হ'লে অতিমানব হওয়া যায় না। সমাজ ও নীতির অনুশাসনে চল্‌তে চল্‌তে মানুষের মনুষ্যত্ব লাভ হয়; তার পর পরমার্থিক ভাবাদি এসে যখন মানুষকে ভাবিত করে, তখন সে মোহের সীমা অতিক্রম ক'রে অতিমানুষ হ'য়ে পড়ে। মানুষ করে—অভাব পূরণের চেষ্টা; আর অতিমানুষ করে—স্ব-ভাবের প্রতিষ্ঠা। মানুষের কর্ম্ম মানুষকে অভাব থেকে স্ব-ভাবে জাগ্রত করে; আর অতিমানুষের কর্ম্ম তাহাকে স্ব-ভাবে বা ত্যাগে ও প্রেমে পূর্ণ করে। সর্ব্বাগ্রে মানুষ হবার চেষ্টা কর্।

২৭

তিনি আনন্দময় ব'লে সৃষ্ট বস্তু মাত্রেরই জীবন্ময় লক্ষ্য আনন্দ! সব সময় আনন্দ দিবি, নিবি, দেখ্‌বি শুন্‌বি; তা হ'লে আনন্দের ভিতর থাক্‌তে পার্‌বি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

নিরানন্দ মৃত্যুর লক্ষণ, নিখিল বিশ্ব ইহার সহায় নয়। মনে নিরানন্দ আস্‌লে জোর ক'রে তাড়াবি; আর ভাব্‌বি, আমি যে আনন্দময়ের সন্তান, নিরানন্দে থাক্‌বো কেন? বড় মানুষের ছেলে কি কোন দিন গরীব ব'লে নিজের পরিচয় দিতে চায়? এমন কি তার পৈতৃক বিষয়-বিত্ত নষ্ট হলেও, সে বড় ঘরের ছেলে মনে ক'রে আপনাতে আপনি সন্তুষ্ট থাকে। আর তোদের সব কিছুই অক্ষুণ্ণ থাক্‌তে ফকির হ'য়ে দিনপাত করছিস্? শরীরের মেরুদণ্ড সোজা না রাখ্‌লে কি কোন কাজ হয়? দেখিস্ না সাহেবগুলির কথাবার্ত্তায় চাল-চলনে কেমন স্ফূর্ত্তি! সাংসারিক হিতকাজে তারা এমন মন প্রাণ লাগিয়ে দিয়ে ব'সে আছে যে ভোগৈশ্বর্য্য তাদের করতলগত। ভয়, উদ্বেগ, হতাশা প্রভৃতিকে সব সময় দূরে সরিয়ে দিবি। যেখানে আনন্দ, উৎসাহ ও উদ্যম সেখানেই মহাশক্তি বর্ত্তমান। মানুষের শুভ-চেষ্টার অন্তঃস্থলে ঈশ্বরকে দর্শন কর্‌তে শেখ্; তা' হ'লে স্থূল কর্ম্মতত্ত্বের ভিতর দিয়ে সূক্ষ্ম ব্রহ্মতত্ত্বে অগ্রসর হ'য়ে পরমানন্দ লাভ কর্‌তে পার্‌বি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

২৮

নিজের চোখের তারায় নিজেকে দেখা যায় না ব'লে নিজের নিন্দা শুন্‌লে, আগ্রহ ক'রে তা' শুনতে হয়। তদ্দ্বারা নিজের আত্মপরীক্ষার সুবিধে হয়। কিন্তু প্রশংসা সেরূপ নয়। তাতে ক্ষতি ভিন্ন কোন লাভ নেই। অধিকাংশ লোক ইহার বিপরীত ভাবে চলে। তারা প্রশংসা ভালবাসে, আর নিন্দাকে বড় ভয় করে; ফলে দাঁড়ায় এই যে নিন্দা-প্রশংসার অধীনতা জীবনে আর ছাড়াতে না পেরে অনেক বিষয়ে অকৃতকার্য্য হয়। ব্যবহারিক জীবনে এইগুলি লক্ষ্য রেখে চলা আবশ্যক। পরন্তু ধর্ম্মজীবনে নিন্দা প্রশংসা হু'য়ের উপর উদাসীন না হ'লে ভিতরে স্থির থাকা যায় না। ভিতর তৈয়ার কর্‌তে হ'লে এক লক্ষ্য বা একের ধ্যান দরকার। এই কারণে এর অনুকূল কর্ম্ম ও ভাবাদি নিয়ে একমুখী হ'য়ে থাকা প্রয়োজন এবং বহির্দৃষ্টি যতদূর সম্ভব বর্জ্জন করা উচিত।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

২৯

ভগবানের এক নাম চিন্তামণি। তিনি সকল কামনা পূর্ণ করেন ব'লে জীব তাঁকে চিন্তা করলে ক্রমে ক্রমে তাঁর চিন্তা ভিন্ন অন্য কোন চিন্তা থাকে না, এবং তাঁর ভাবে জীব অনুপ্রাণিত হ'য়ে যায়। অর্থকামীর অর্থ চিন্তা বা পুত্রকামীর পুত্র চিন্তার মতো তাঁর চিন্তাও খুব তীব্র হওয়া দরকার। জীবন-যাত্রার সকল চিন্তার ভিতর তাঁকে সর্ব্বাগ্রে রেখে চল্‌তে চল্‌তে তাঁর প্রতি লক্ষ্য আসে; এরূপে যদি তাঁকে হৃদয়ের কেন্দ্র-স্থানে বসানো যেতে পারে, তিনি সকল ভার নিয়ে সেবককে কেবল তাঁর চিন্তার জন্য মুক্ত ক'রে রাখেন। ত্যাগী সন্ন্যাসীর ভিতর, ভোগী সংসারীর মধ্যে, এমন কি পশুপক্ষীতেও এরূপ কত উদাহরণ দেখ্‌বি; উদ্ভিদেরা পর্য্যন্তও তাঁহার এই কৃপার অধিকারী। ঘুড়ি উড়িয়ে দিয়ে দড়ি ধ'রে তাঁর শরণে নিশ্চিন্ত মনে চুপ ক'রে বসে থাক্, বাতাস তাকে আপ্‌নার গতিতেই চালিয়ে নেবে।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৩০

সর্ব্বদা যত পারিস্ খুব হাস্‌বি। এ'তে শরীরের জড়গ্রন্থিগুলি খু'লে যাবে। বাহিরের হাসি কিন্তু হাসি নয়। বাহির ভিতর একযোগ করে হাস্‌তে হবে। সে হাসি কি রকম জানিস্?—তাতে মাথা থেকে পা পর্য্যন্ত সাড়া দেয় এবং শরীরের কোন্ অংশ থেকে ইহা প্রবল রূপে স্ফুর্ত্তি পায় তা ধরা যায় না। তোরা তো মুখে হাসিস্, মনে চাপা থাকিস্। আমি তোদের কাছে মুখভরা, বুকভরা, প্রাণভরা হাসি চাই। সেই হাসির জন্যে আত্মশক্তির উপর দৃঢ় বিশ্বাস রেখে বাহির ভিতর এক কর্‌তে চেষ্টা কর্; প্রয়োজন বৃদ্ধি না ক'রে, অভাব-বোধের প্রশ্রয় না দিয়ে শুদ্ধ ভাবে জীবন যাত্রা নির্ব্বাহ কর্; এবং স্বার্থ ও পরার্থ এক ক'রে সর্ব্ব ভাবে নিজেকে তাঁর চরণে লাগিয়ে রাখ্। দেখ্‌বি, তোদের এমন হাসি বের হবে, যে হাসিতে জগৎ মাত্‌বে।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৩১

হাতের পাঁচটা আঙুল পাঁচ রকমের হলেও, শরীরের প্রত্যেক অঙ্গ উৎকৃষ্ট হ'তে নিকৃষ্ট কাজ করলেও, নিজের দাঁতে নিজের জিহ্বায় কামড় পড়লেও, যেমন সমস্ত শরীরটা নিজের ব'লে সবই সহ্য ক'রে আদর যত্নে এ'কে রক্ষা করিস্, নিজের গণ্ডীর ভিতর সকলের সঙ্গে সেই ভাবে ব্যবহার কর্‌তে চেষ্টা কর্‌বি। এরূপ অভ্যাসের ফলে ক্রমে জগতের সকলই আপনার ব'লে অনুভব করবি। "আমি" ও "তুমি" এই পার্থক্য দূর করাই সাধন ভজনের একমাত্র উদ্দেশ্য।

৩২

ক্রমশঃ বাইরের সঙ্গে দেখা শুনা, বলা কহা কমিয়ে দে; তা'না হলে তাঁকে পাবার পথে ব্যাঘাত হবে। হৃদয়আসনে তাঁকে বসিয়ে, চোখ কাণ যদি বাইরে ফেলে রাখিস্, তাঁর সত্তা কেমন করে উপলব্ধি কর্‌বি? মানস উপাসনাই তো উপাসনা। বাইরের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পূজা ইহার অংশ মাত্র। রুগ্ন শিশুকে পালন করতে গিয়ে জননী যেরূপ তাকে বুকে ক'রে থাকে, সাধনার প্রথম অবস্থায় দেবতাকে সেইরূপ রুগ্ন শিশুর মত বুকে ক'রে ব'সে থাকতে হয়। উপাসনার সময় বাইরের কর্ম্মভাবনা পরিত্যাগ ক'রে প্রাণ স্থির করতে না পারলে দেবতাকে প্রাণময়রূপে পাওয়া যায় না। টেলিফোনে কথা শুনবার সময় যেমন সব মন সঙ্কুচিত করে শ্রবণেন্দ্রিয়ে জোর রাখিস্, ভগবৎ চিন্তায়ও তদ্রূপ সকল ইন্দ্রিয় দিয়ে চিত্তশক্তির সংবেগ বৃদ্ধি করবি।

৩৩

মানুষ ঈশ্বরের প্রতিরূপ। মানব-জন্ম সব জন্মের সেরা। মানুষের মনোরাজ্যে এমন সব গুপ্ত সম্পদ নিহিত রয়েছে যা জগতের আর কোথাও নেই। ডুবুরীর মত নিজের অন্তরের গভীরতায় ডুবে অহর্নিশি সেই সব রত্ন উদ্ধারের যত্ন কর; অন্তরের জ্বলদগ্নি প্রকাশ ক'রে জীবন ও জগৎকে আলোকিত কর। ইহাই পরম পুরুষার্থ।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৩৪

ভাষা অর্থ ভেসে থাকা; মানুষ না ভাস্‌লে ভাষা বে'র হয় না! ডুব দিয়ে যতক্ষণ থাকিস্‌ ততক্ষণ কোন কথার অবসর নেই। যেই ভেসে উঠ্‌লি অমনি ভাষার প্রকাশ হল। ভাষা এ কারণে সকল সময় ভাবকে পূর্ণরূপে প্রকাশ কর্‌তে পারে না। তোদের ভিতর কেউ কেউ প্রায় বলিস্‌, "আমার মনের ভাব আপনাকে বোঝাতে পারছি না।" তবে দেখ্‌, তোদের ভাষা কত অস্পষ্ট ও অসম্পূর্ণ! যতটুকু তুই নিজে বুঝতে পারিস্‌ তাও ব্যক্ত করতে পারিস্‌ না; তার উপর বুঝিস্‌ না এমন তো কতই রয়েছে! হৃদয়ের গুহ্য ভাষা-বিজ্ঞান জান্‌বার ও বোঝ্‌বার চেষ্টা কর্‌, বিনা ভাষার সকল কাজ সুসম্পন্ন হবে।

৩৫

যেদিকে চাওয়া যায় সেই দিকেই দেখা যায় যে একটি অখণ্ড সত্তার নিত্যতা সর্ব্বত্র প্রকাশিত রয়েছে। অথচ সে সত্তাটিকে সহজে ধরা যায় না। ইহার কারণ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কি? তিনি সকলের ভিতর ওতপ্রোত হ'য়ে আছেন। যেরূপ রাজশক্তির দ্বারা রাজার পরিচয় হয়, অথবা তাপের দ্বারা অগ্নির পরিচয় হয়, সেরূপ ব্যক্ত জগৎ সেই অব্যক্তের পরিচয় দেয়। সৃষ্টবস্তুর বিশ্লেষণ কর্‌তে কর্‌তে দেখা যায়, যাহা অবশিষ্ট থাকে তাহা সর্ব্বভূতে সমভাবে অবস্থিত, এবং ইহা তিনি,—যাহা চেতনা বলিয়া অভিহিত হয়। তোদের কলেজে, হাসপাতালে, আরো কত জায়গায় কত রকম পরীক্ষা চলছে, নূতন নূতন তত্ত্বের আবিষ্কার হচ্ছে; সেগুলি যদি মনোযোগ দিয়ে দেখিস্, তাতেও এই নিদর্শন পাবি। জগতের বিচিত্রতার ভিতর দিয়ে সকল কর্ম্ম, জগত-পিতার একনিষ্ঠ সেবকরূপে সম্পাদন করবার চেষ্টা কর্‌তে কর্‌তে তাঁর প্রতি প্রেম, অনুরাগ জাগ্রত হয়। এরূপে অহংএর সঙ্কীর্ণ গণ্ডী যতই ভাঙ্‌তে থাকে, ততই বিরাটের অভিমুখে মনপ্রাণ একলক্ষ্যে ধাবিত হবে। তখন বিবিধ চিত্র একচিত্রে পরিণত হবে এবং এক রস-সাগরে খণ্ড খণ্ড ভাবগুলি মিলে যাবে।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৩৬

শূন্য হ'লে সাদা হওয়া যায়, কিংবা সকলের ভিতর হারিয়ে গেলেও সাদা হওয়া যায়। সাদা সকল রূপ নিয়ে অরূপ হ'য়ে আছে; অথবা অরূপের রূপই সাদা। সাদা হ'তে হ'লে সিধা থাক্‌তে হয়। সত্য ও সরলতার আশ্রয়ে বাহিরে ভিতরে দুধের মত সাদা হবার চেষ্টা কর্, তা হলে নিজে তো সুখে থাক্‌বিই, অন্যেরাও তোর কাছে এসে সুখ পাবে। ত্যাগী হওয়াই সাদা বা সরল হওয়ার লক্ষণ। আত্মাভিমান শূন্য হ'য়ে জগতের ভিতর ছড়িয়ে পড়্, দেখ্‌বি তোর শূন্যতা পূর্ণ করবার জন্য সকলে ব্যস্ত হবে এবং তোর আদর্শ কর্ম্মে ও ধর্ম্মে সর্ব্বত্র মঙ্গল বিধান কর্‌বে। এই ভোগ-বিলাসের দিনে ত্যাগপূত সরলতাই মানুষের বিশেষ প্রয়োজন। বাস্তবিক পক্ষে পূর্ণত্যাগের নামই পূর্ণভোগ।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৩৭

সর্ব্বদা জলের স্রোতের মত একমুখী ও তরল হ'য়ে থাক্‌তে পার্‌লে কোন ময়লা তোর ভিতর আটকাবে না ; পরের ময়লাও তোর সংসর্গে পরিষ্কার হ'য়ে যাবে। আগুন দাউ দাউ ক'রে শিখা নিয়ে অনেক উপরে উঠে বটে, কিন্তু তারও একটি সীমা আছে, যেখানে শিখা আপনার স্বরূপ বা অহঙ্কার বজায় রাখতে না পেরে বাষ্পাকারে পরিণত হয়। কিন্তু জলের অবিরাম গতি এমন একটানা থাকে যে নদনদীগুলি কত গাছ পাথর ঠেলে হাজার হাজার ক্রোশ অবিরোধে অতিক্রম ক'রে গন্তব্য স্থানে পৌঁছে যায়। পরমতত্ত্বের সন্ধান বা সম্মিলন লাভ করতে চাইলে নদীর মত তরল ও এক লক্ষ্যে চল্‌তে থাক্।

৩৮

জগতের প্রত্যেকের নিকটেই কিছু না কিছু শিক্ষা লাভ করা যায়। এ হিসাবে প্রত্যেকেই প্রত্যেকের গুরু। কিন্তু এদের ভিতর সেই শ্রেষ্ঠ যে পরমগুরু

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পরমেশ্বরের সন্ধান ব'লে দেয়। সচ্চিন্তা ও সৎসঙ্গাদির সংযোগে যখন ভগবানের জন্য কাহারো মন উন্মুখ হয়, তখন তার নিকট তিনিই গুরুরূপে যে কোন মূর্ত্তিতে প্রকট হন। গুরুর চরণে শরণাগতি দ্বারা যে গুরুকে গুরুভাবে দেখতে পায় সেই প্রকৃত শিষ্য। শিষ্য সেবা-পরায়ণ হ'য়ে গুরুর আদেশ সর্ব্বদা পালন করবে। অবনত শিরোপরিই আশীর্ব্বাদ বা করুণারাশি বর্ষিত হয়; যে যত একাগ্র ও নত হ'তে পারে সে তত উন্নত হ'বার শক্তি অর্জ্জন করে। পুত্রের এক নাম আত্মজ। কিন্তু পারমার্থিক ভাব নিয়ে গুরু-শিষ্যের সম্বন্ধ দৃঢ় হ'লে শিষ্যকেই বাস্তবিক আত্মজ বলা সঙ্গত।

৩৭

নিধিরাম সর্দ্দার হ'তে চাইলে ঢাল তলোয়ারের সহিত শক্তিরও দরকার। তোরা যে স্বরাজ, স্বরাজ করিস্, আগে নিজেকে তৈরী কর্, তারপরে তো স্বরাজ পাবি। নৈতিক জীবনকে ভিত্তি ক'রে ধর্ম্ম-জীবন

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

গঠিত কর্; কর্ম্ম-জগতে তাঁকে অগ্রগণ্য করে রাখ্, এরূপে মহাশক্তি সঞ্চিত হ'লে, তোদের স্বাধীনতায় হাত দেয় কে? নিজেকে নিজে শাসন করতে পারিস্ না, বিরাট পরতন্ত্র চালাবি কি করে? মনোরাজ্যের রাজা হ'তে পার্‌লে, বিশ্বের রাজত্ব আপনা হ'তেই হাতে আস্‌বে। ধর্ম্মের উপরেই জগতের সত্য প্রতিষ্ঠিত। ধর্ম্মই জগতের জীবন।

৪০

ডাক্তারী যারা পড়ে তাদের যেমন শিক্ষার আরম্ভে হাড়, খুলী এবং শরীরের ভিন্ন ভিন্ন যন্ত্রের ছবিগুলি নিয়ে বিশেষ রূপে নাড়াচাড়া করতে হয়, তেমনি ধর্ম্মের প্রথম জ্ঞান লাভের জন্য বিহিত অনুষ্ঠান দরকার। সাধারণতঃ বহিরনুষ্ঠানাদির দ্বারা শরীর ও মন প্রস্তুত হ'লে অন্তরে অন্তর্যামীর সন্ধান কর্‌তে সুবিধা হয়।

অন্তর জান্‌তে হ'লে বাহিরকে বাদ দেওয়া চলে না; তাই তিনি জগতের চিত্রে অন্তরের ছবি এঁকে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

রেখেছেন। এই জগত জাগ্রতের আভাস বল্‌লেও চলে। জগতের ক্ষণিক আনন্দে মুগ্ধ না হ'য়ে অন্তর্যামীর শরণ লইতে চেষ্টা কর্‌।

৪১

অনেকেই বলে, "কীর্ত্তনের হৈ চৈ ভাল লাগে না; একটু একান্তে বসে তাঁকে ডাকি।" আসল কথা, যদি নির্জ্জনে বসে তাঁর সন্ধান পাস্‌, সে তো খুবই ভাল। কিন্তু মনের সঙ্গে বোঝা পড়া করে দেখিস্‌ তো, মন কি সে সময় তাঁর খোঁজ করে, না সংসারের ধাঁধাঁয় ঘুরে বেড়ায়? কীর্ত্তনের মাতামাতিতে মন না রেখে যদি নামের দিকে লক্ষ্য রাখিস্‌, খোল করতালের নানা সুর, তাল ও টোকার প্রতি কাণ না দিয়ে ধ্বন বা শেষ আওয়াজটীর যদি অনুসরণ করিস্‌, তাহলে দেখ্‌বি ভাব সহজেই জাগ্রত হবে। সাধারণের পক্ষে সূক্ষ্মতত্ত্বের জন্য স্থূলসঙ্গ খুব আবশ্যক। বন্ধু-বান্ধব নিয়ে সর্ব্বদা কীর্ত্তন কর্‌বি। ইহার সুবিধা না থাক্‌লে যেখানে কীর্ত্তনাদি হয় সে জায়গায় যাবি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

নাম কর্‌তে করতে কীর্ত্তনের ভাব আসে, আর কীর্ত্তন কর্‌তে কর্‌তেও জপ, ধ্যান, ধারণা আসে। পূজা অর্চ্চনাতে যেরূপ নিষ্ঠা নিয়ে কর্ম্মাদির বিধান আছে, কীর্ত্তনও সেরূপ ভাবে করা আবশ্যক। এক সুর, এক তাল হ'লেই ভাল হয়। যাঁকে নিয়ে কীর্ত্তন তাঁকে স্মরণে রাখিস্, নতুবা কেবল বাদ্যোৎসব হবে, নাম কীর্ত্তন নয়।

৪২

কেউ কাকে দেখে না, সকলকে দেখেন মাত্র একজন। মহাপর্ব্বতের পার্শ্বে দাঁড়িয়ে দেখ্‌লে দেখ্‌তে পাবি, পাথর, মাটি, গাছ, শিকড়, লতা প্রত্যেকে প্রত্যেককে এমন ভাবে আঁকড়িয়ে রেখেছে, যে মনে হবে, একটি খস্‌লেই বুঝি সবগুলি খ'সে পড়বে। কিন্তু তা কি হয়? যে পর্ব্বতের গায়ে তারা লেগে আছে, সেই তাদের ধ'রে রেখেছে। ভূমিকম্প বা অন্য কোন দৈবোৎপাতে পর্ব্বত যদি একবার গা ঝাড়া দেয়, তবে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

আর কিছুই স্থির থাক্‌বে না। সেইরূপ যদিও তোরা মনে করিস্ সংসার, সমাজ, সভ্যতা ইত্যাদির গঠনে তোরাই জগত্‌ রক্ষা কর্‌ছিস্, মূলে কিন্তু তিনিই সর্ব্বময় রক্ষাকর্ত্তা। এ কারণে তাঁকে জানা দরকার। তাঁকে জান্‌লেই সব জানা হয় এবং অভাবের দ্বন্দ্ব দূর হয়।

৪৩

"শক্তি দাও", "শক্তি দাও" ব'লে চেঁচালে শক্তি লাভ হয় না। হাঁসপাতালে রোগীদের আনন্দ, আরাম দেবার জন্য কত রকম সুব্যবস্থা আছে! কিন্তু তা হ'লেও ভিতরের রোগের জ্বালা, বাহিরের ব্যবস্থায় কি কখনো দূর হ'তে পারে? ভিতরের ব্যবস্থা চাই, এবং ইহা প্রত্যেকের নিজের চেষ্টার উপরই অনেকটা নির্ভর করে। শাস্ত্র ও সাধু-বাক্য মনের মধ্যে ধারণ করে কাজ ক'রে যা; শক্তি সময়ে তোর ভিতর হ'তেই দেখা দেবে। কাজে যাদের কর্ত্তব্য বুদ্ধি ও দৃঢ় সঙ্কল্প নেই,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

তারাই অন্যের নিকট শক্তি খুঁজে বেড়ায়। সংসারের সকল কাজ যদি অহং এর বলে চালাতে পারিস্, ভগবৎ চিন্তার বেলাই কেবল শক্তি চাই? ধৈর্য্য ও বিশ্বাস নিয়ে সৎকার্য্যে মনোযোগ কর্, শক্তি আপনি উদয় হবে। আর যদি বলিস্ কাজ ত কর্‌তে পারি না; তবে কেন পারিস্ না, সে অন্তরায়গুলি অনুসন্ধান করে দৃঢ় মনে উচ্ছেদ কর্। নতুবা তোর ভিতর তুই কেবল ভূতের বোঝা বাড়াবি, আর বাইরের শক্তি এসে তোকে 'গাধা বোটের' মত টেনে নিয়ে যাবে, এও কি কখনো সম্ভব? আঁকা বাকা পথে যেমন গাড়ীর চাকা ঘুরাতে ফেরাতে ঘোড়া বা ইঞ্জিনের উপর জোর দিতে হয়, তদ্রূপ বিষয়াসক্ত মনকেও সঙ্কল্পের দ্বারা মুচড়ে, ধর্ম্ম কাজে লাগাতে হয়।

88

যাঁকে ডাক্‌তে চাস্, সর্ব্বাগ্রে তাঁর সঙ্গে পরিচয় আবশ্যক। সর্ব্বদাই তাঁর কথা চিন্তা, তাঁর সম্বন্ধে আলাপ, তাঁর ছবি দেখা, তাঁর গুণ গান ও শ্রবণ,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

তীর্থাদি ভ্রমণ, একান্তে বাস, সাধু সঙ্গ ইত্যাদির দ্বারা তিনি পরিচিত হন। পরিচয় হয়ে গেলে তাঁকে 'বাবা'ই বলিস্, আর 'মা'ই বলিস্', যে কোন একটি সম্বন্ধ পাতানো দরকার; কেন না সংসারী লোক বিনা সম্বন্ধে বন্ধনে আটক পড়ে না। জগতের কাজে শৃঙ্খলা নিয়ে তোরা চলিস্; তাই ধর্ম্মক্ষেত্রেও তোদের কোন রকম বাঁধাবাঁধি নিয়ম দরকার। প্রথম প্রথম ভাব তেমন না জাগ্‌লে নিত্য নির্দ্দিষ্ট জপাদি দ্বারা তাঁকে ডাকতে শেখ্, তিনি ক্রমে ক্রমে তোর বুক জুড়ে বস্‌বেন। প্রেম-বন্ধনে আবদ্ধ হ'য়ে গেলেও উহা বজায় রাখবার জন্য তাঁর উপলক্ষে উপাসনা, দান, ধ্যান ইত্যাদি প্রয়োজন। তাহ'লে তাঁর স্মৃতি সকল সময় তোর আত্মসত্ত্বার মত লেগে থাক্‌বে এবং মৃত্যুর শেষ মুহূর্ত্তে তাঁর মূর্ত্তি তোকে ছেড়ে যাবে না। ইহারই নাম ভগবৎ-প্রাপ্তি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৪৫

কেউ যখন বলে, "আমাকে ছাড়া আমার সংসার কি করে চল্‌বে?" তখন বুঝতে হবে যে তার নিজের সংসারের প্রতি আকর্ষণটা এখনও কমেনি। বাস্তবিক পক্ষে কেউ কারো অপেক্ষায় থাকে না। যতক্ষণ কেউ কাছে থাকে তো সুবিধা, আর না থাকলেও চলে না এমন নয়। এমন অবস্থায় মিছামিছি অন্যের দোহাই না দিয়ে আত্ম-বিচারের দ্বারা নিজের দুর্ব্বলতার খোঁজ ক'রে আত্মশক্তি লাভ করবার চেষ্টা করা আবশ্যক। শোকতাপ কেহই ভালবাসে না, অথচ কি ক'রে যে এদের হাত হ'তে মুক্তি পাওয়া যেতে পারে, সে সম্বন্ধে চিন্তাও করে না। আগাগোড়া জীবনটাকে একটা বড় রকমের গোঁজামিল দিয়ে চালানো হয়। পরিবার ভারবহ হবে ব'লে এই ভয়ে অনেকে সংসার করে না, কিন্তু ইহাতেও যে মনে তৃপ্তি পায় একথা বলা যায় না। অপরিপূর্ণ জগতে পূর্ণ শান্তির বস্তু কিছুই নেই; এই কারণে সংসার-যাত্রার ভিতরেও তাঁর আশ্রয়ই একমাত্র করণীয়,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কাম্য, ইহাই জীবের লোভনীয় এবং পরম ও চরম উদ্দেশ্য হওয়া উচিত।

৪৬

আসা যাওয়া থাক্‌লেই সম্মুখ পিছন আছে। যেখানে জন্মের আনন্দ, সেখানে মৃত্যুর জন্য শোকাশ্রু বহিবে তার জন্য প্রস্তুত থাকা দরকার। মানুষের জন্ম অনিশ্চিত হ'লেও জন্মিলে যে মরতে হ'বে একথা নিত্য সত্য। আসা যাওয়া শেষ করতে হলে একমাত্র তাঁর নৈকট্য লাভ করা ছাড়া অন্য কোন উপায় নেই। সাধন-বলে চিত্ত বিশুদ্ধ ও তন্ময় না হ'লে তাঁর শান্তি-রাজ্যে প্রবেশ করা যায় না। উত্তরাখণ্ডের মত সে রাজ্যের পথ অতি দুর্গম। কিন্তু দেবদর্শনের প্রবল আকাঙ্ক্ষাটি নিয়ে কত চলৎশক্তি-রহিত বৃদ্ধ, বৃদ্ধা, সে বন্ধুর পথকষ্টকেও তুচ্ছ মনে ক'রে যেমন দিনের পর দিন অনাহারে, অনিদ্রায় ও শীতে জর্জ্জরিত হ'য়ে 'ধামযাত্রা' সম্বল করে, তদ্রূপ আগ্রহ ও ধৈর্য্যের সহিত আত্মদর্শনের জন্য চেষ্টা প্রয়োজন।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৪৭

প্রবাহের ন্যায় যখন যা' আসে ঐশ্বরিক ভাবে খুব আনন্দের সহিত উহা ক'রে যাবি। জগতে সবই তো ইচ্ছা-শক্তির ক্রিয়া ও ফল। যে দৃঢ়তা ও সহিষ্ণুতার দ্বারা কোন সদিচ্ছার প্রাণ-প্রতিষ্ঠা কর্‌তে পারে, তাহারই কর্ম্ম-চৈতন্য হয়। কর্ম্মীরাই দৈব-শক্তির অধিকারী। একবৃত্তির অনুসরণ ক'রে সর্ব্বদা ভগবৎ-চিন্তায় অভ্যাস আন্‌বি। সদ্‌বৃত্তির অনুসরণ কর্‌তে কর্‌তে সে অভ্যাস স্বভাবে পরিণত হ'য়ে গেলে চিত্তপটে আর বিজাতীয় বৃত্তি এসে বিক্ষেপ জন্মাবে না। কর্ত্তব্য কর্ম্মে জড়তা ও অসাবধানতা আসলে উহা প্রতিরোধ করবার অভ্যাসই একমাত্র উপায়। কেন না মানুষ অভ্যাসের দাস। এই যে বৃহৎ সংসার-ধর্ম্ম নিয়ে সকলেই ব্যস্ত, এটাও অভ্যাস বা পূর্ব্বপূর্ব্ব জন্মের সংস্কারগত আসক্তি। অভ্যাস কর্‌তে সময় লাগ্‌লেও হতাশ না হ'য়ে দৃঢ়তা ও উৎসাহের দ্বারা নিজেকে সতত ধ'রে রাখা কর্ত্তব্য। ইহা সত্য যে দৈনিক কিছু কিছু ধর্ম্ম-চিন্তা দ্বারা সময়ে ঈশ্বর লাভের প্রবল আগ্রহ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

হৃদয়ে উদয় হয়। সরল ও শুদ্ধভাবের অভ্যাস আত্মজ্ঞানের প্রথম সোপান।

৪৮

ভাঙাগড়া কালের গতি, কালের উপর যিনি মহাকালরূপে ব'সে আছেন, তিনি অখণ্ডরূপে পূর্ণ, খণ্ডরূপেও পূর্ণ। এই কারণে ভাঙাগড়া তাঁর সর্ব্বত্র সমান, এবং এই সমদর্শিতার জন্য তিনি মঙ্গলময়, এবং সুখী দুঃখী সকলেরই প্রার্থনার বস্তু। না গড়লে ভাঙে না এবং না ভাঙ্গলেও গড়ে না; কাজেই জগত-চক্রে ভাঙাগড়া অনিবার্য্য; সীমার গণ্ডিতে থেকে কয়েদীর মত আমরা সংকীর্ণ ও সীমাবদ্ধ হ'য়ে পড়েছি। এজন্য "আমি" ও "আমার" এই দু'কথার বাইরে যেতে পারি না। পুত্র লাভ ক'রে আমরা হাসি আর পুত্র হারিয়ে কাঁদি। রক্তমাংসের দ্বন্দ্ব ভু'লে ক্ষণিক ফিরে দাঁড়ালেই দেখা যায় কেই বা কার পুত্র? কেই বা কার পিতা? অথবা পিতাপুত্র ব'লে কিছুই নেই, একমাত্র তিনিই সর্ব্বভাবে সর্ব্বত্র মূর্ত্তিমান।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৪৯

কাহারো নিকট হ'তে কিছু গ্রহণ করতে হ'লে নিজের যতটুকু প্রয়োজন ততটুকু মাত্র গ্রহণ কর্‌বি এবং অপরকে দেবার সময় যা' পেলে সে সন্তুষ্ট হয়, যথাশক্তি তা' দিবি। সঙ্কুচিত চিত্তকে বৃহৎ ক'রে স্বার্থপরার্থের অভেদ জন্মাবার উদ্দেশ্যে পরোপকার, দান, দয়া ইত্যাদির যথাসাধ্য সেবা কর্‌বি। যতক্ষণ নিজের ভোগবুদ্ধি বা অভাববোধ আছে, ততক্ষণ পরের অভাব দেখা দরকার। তা' না হ'লে মনুষ্যত্ব লাভ হয় না। সুযোগ পেলেই দীনদুঃখীকে কিছু দিবি। অভুক্তকে খাওয়াবি, রোগীর সেবা কর্‌বি; আর কিছু যদি না পারিস্ মনে মনে হ'লেও সকলের হিতচিন্তা কর্‌বি। দেহ ছেড়ে আত্মার দিকে লক্ষ্য রেখে, সেবাধর্ম্মের অনুশীলন চেষ্টা কর্‌বি। তা হ'লে প্রত্যক্ষ দেখ্‌তে পাবি যে, সেবা, সেব্য ও সেবক—তাঁ'রই ভিন্ন ভিন্ন প্রকাশ মাত্র। সেবার মূলে ত্যাগ; যেখানে আত্মসুখেচ্ছা, ভোগাশা এবং ফলাকাঙ্ক্ষা আছে, সেখানে প্রকৃত সেবা হয় না। ভগবৎ-সেবায় উপরোক্ত তিন বাঞ্ছাই

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পরিত্যাগ করা আবশ্যক। শরীর, মন ও বাক্যের দ্বারাই ত্রিবিধ সেবা হয়। যে কোন একটি ধ'রে চল্‌তে আরম্ভ কর্‌লে সময়ে কায়মনোবাক্য—এই ত্রয়ীসংযোগে আত্মসমর্পণ-রূপ সাগরসঙ্গমে পৌঁছান যায়।

৫০

যাহা হ'তে শ্বাস বিগত হয়েছে, অর্থাৎ সংশয় চ'লে গিয়ে প্রাণে দৃঢ়তার ভাব জাগ্রত হয়েছে, তাহাই বিশ্বাস। ইহা শ্রদ্ধা ও সত্যের সহিত নিত্য সম্বন্ধবান। যে বিশ্বাস অপরের মতামতের বা কার্য্যকারণের উপর নির্ভর ক'রে চলে, তাহা কেবল ব্যবহারিক কর্ম্মের উপযোগী। তাঁতে মন দিলে প্রকৃত বিশ্বাস ভিতর থেকে আসে। ইহা চিত্তকে সত্যে স্থির করে এবং প্রাণে নির্ভরতার ভাব এনে বিপদে, সম্পদে সমভাবে এক অনির্ব্বচনীয় শান্তি ও বল সঞ্চার করে।

সাধনামাত্রই বিশ্বাসের অধীন ব'লে ইহার সাধনাই প্রথম আবশ্যক। কেন না অদৃষ্ট, অনির্দ্দেশ্য বস্তুর সন্ধান শ্রদ্ধা ও বিশ্বাসের সাহায্যে আরম্ভ না কর্‌লে পরমতত্ত্বের অনুসন্ধানের পথে অপর কোন উপায় নেই।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৫১

যিনি মহত্ত্বাদি সর্ব্বগুণালঙ্কৃত, পূর্ণ ও পবিত্র, তিনিই আদর্শ ; এই হিসাবে আদর্শ একমাত্র পরমেশ্বর। কিন্তু জীবনের কর্ম্মক্ষেত্রে ও ধর্ম্মক্ষেত্রে প্রত্যেক মানুষের উপযোগী কোন সাধু আদর্শ নিয়ে চলাই উচিত। জীবন্ত আদর্শ মনের উপর যেরূপ ক্রিয়া করে, শাস্ত্রোপদেশাদি সেরূপ করে না এবং প্রত্যক্ষ দর্শনে যেরূপ কর্ম্মপ্রেরণা আসে, অপ্রত্যক্ষ বা অনুমানে তদ্রূপ হয় না। প্রথমতঃ স্থির কর্‌তে হয়, আমি কোন্ পথের পথিক হ'ব। তারপর তদনুরূপ আদর্শ ধ'রে চল্‌তে হয়। যদি সৌভাগ্যক্রমে সে পথে কোন মহাত্মার সঙ্গ বা সাক্ষাৎ-লাভ ঘটে, তবে বৈরাগ্য ও শ্রদ্ধার সহিত তাঁর সেবা ক'রে তাঁর কৃপা ও আনুকূল্যে আত্মোৎকর্ষের চেষ্টা করা আবশ্যক। মূল আদর্শ বা ভগবানকে সর্ব্বদা সম্মুখে রেখে সাধু মহাজনের উপদেশাদি অনুসরণ করলে কৃতকার্য্য হওয়া সহজ হয়।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৫২

সকলেই শান্তি খুঁজে বেড়ায়, কিন্তু একথা খুব কম লোকেই ভাবে যে "তিনি" হৃদয়ে না জাগ্‌লে পূর্ণ শান্তি কিছুতেই পাওয়া যায় না। ধনে শান্তি হয় না, পুত্র-পরিজনে শান্তি হয় না, প্রতিষ্ঠা-লাভে শান্তি হয় না। কারণ সাংসারিক ভোগ মাত্রেই দিনরাত্রির মত পরিবর্ত্তনশীল, আস্‌তে আস্‌তেই চ'লে যায়। এই কারণে এমন ধনে ধনী হওয়া আবশ্যক, যার আর ক্ষয় নেই, এবং যা' পেলে সকল আকাঙ্ক্ষা একেবারে মিটে যায়। সে ধন একমাত্র ভগবান, যিনি সকলের হৃদয়ে থেকেও অপরিচিত আছেন। সৎকর্ম্মাদির দ্বারা চিত্তের অন্ধকার দূর হ'লে পরম সুন্দরের মোহনরূপ আপনা হতেই ফুটে' ওঠে এবং চিত্তে পূর্ণ শান্তির রাজত্ব আরম্ভ হয়।

৫৩

ছেলেদের খেলা দেখেছিস্ ত? প্রথমে খুব হৈ-চৈ ক'রে মহানন্দে খেলা আরম্ভ হ'ল; কত গলাগলি, কত ভাব! কিন্তু খেলা শেষ হ'তে না হ'তেই হার জিতের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কোন্দলে প'ড়ে এমন ঝগড়া বেধে গেল যে প্রথমে বকাবকি, ক্রমে হাতাহাতি, শেষে মারামারি পর্য্যন্ত হ'য়ে, কাঁদতে কাঁদতে যে যার ঘরে চ'লে গেল। যা'রা সংসারী তাদের অবস্থাও তদ্রূপ। যেই দুই পয়সা আয়ের পথ হ'ল অমনি ঘরবাড়ী, খাওয়া দাওয়া, আত্মীয়স্বজন নিয়ে মেলামেশা ইত্যাদিতে খুব কয়দিন আনন্দে কাট্‌ল, তারপর ক্রমশঃ বয়সের ভাটীর সঙ্গে সঙ্গে কর্ম্মচক্রে শোক তাপের তাড়নায় মন প্রাণ এমনি নিরানন্দময় হয়ে গেল যে আর যেন দিন কাটে না। যারা কিন্তু ভগবৎ-চরণের আশ্রয়ে সংসার করে, তাদের জীবন শত শত অভাব অভিযোগের ভিতরও শান্তিপূর্ণ হয়। জগৎ যখন নিত্য গতিশীল, সব সুখ দুঃখ নিত্য ক্রিয়ার মত মানুষের সঙ্গে সঙ্গেই থাক্‌বে।

৫৪

মাতার পরিচয় যেমন স্নেহমমতায়, পত্নীর পরিচয় যেমন প্রেম ও অনুরাগে, বন্ধুর পরিচয় যেমন প্রীতি ও আত্মীয়তায়, তেম্‌নি ধার্ম্মিকের পরিচয়ও ধর্ম্মাচরণে।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

"ধৰ্ম্ম মানি" কেবল এ কথাতে কোন লাভ নেই, ভাবে ও কাজে ধর্ম্মের অনুসরণ করতে হবে। ব্রত উপবাস, জাগরণ বা তদ্রূপ ক্লেশকর সাধনের দ্বারা কর্ম্মের উপর ভর ক'রে চল্‌লি, অথচ ভাবের অভাব, তাতে শুধু কর্ম্ম-সংস্কারই পূরণ করা হয়। ভিতরে নিজেকে ভাল ক'রে দেখ্, যেখানে যে খুঁত দেখতে পাস্, সেগুলি সরাবার চেষ্টা কর্; এরূপে যে স্তরে আছিস্, তদুপযোগী কাজ ক'রে ধীরে ধীরে অগ্রসর হ'। তা' হ'লে সময়ে কর্ম্ম ও ভাব সংযুক্ত হ'লে প্রকৃত ধর্ম্মলাভে সমর্থ হ'বি।

৫৫

জিহ্বাতে স্বাভাবিক রস আছে, কিন্তু যে পর্য্যন্ত তিতো, মিঠা কোন জিনিষ ইহার সংস্পর্শে এসে না পড়ে, ততক্ষণ ইহা নীরস। আবার আরো চমৎকার। কটু-কষায় ইহার উপর যখন যা' দিবি সে রসে ইহা রসবান্ হবে। সেই প্রকার এই যে দেহখানা দেখিস্, ইহাতে নেই এমন কিছু নেই, ইহাকে একটি ব্রহ্মাণ্ড বল্‌লেও চলে। যখন যে ভাবে ইহাকে রাখ্‌তে চাস্, সে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ভাবেই ইহা থাক্‌বে। সংসার ভাব চাস্, দেখবি কেমন ক'রে তোকে হয়রাণ করে ছাড়্‌বে; আর ধর্ম্মভাবে ইহাকে ভাবিত কর্, দেখ্‌বি তোকে শান্ত ও অটল ক'রে দেবে। দেহের মূল্য আছেও, নেইও। দেখিস্ না যতক্ষণ নদীর এপারে রয়েছিস্ ততক্ষণই ওপারে যাবার জন্য নৌকার উপর মায়া থাকে; যেই ওপারে যাওয়া গেল, আর নৌকার কথাই মনে আসে না! দেহের সার্থকতাও তদ্রূপ। যখন আমিত্ব লোপ হ'য়ে যাবে, তখন জগতের সঙ্গে সঙ্গে দেহও দৃষ্টির আড়ালে পড়ে' থাক্‌বে।

৫৬

সকল বিষয়ে একটি কেন্দ্র ঠিক রাখা চাই। তা' না হ'লে কোনও ভাবই জমে উঠতে পারে না। যার চিত্ত যত কেন্দ্রস্থ হ'চ্ছে, সে তত সরল, শান্ত, সুস্থ ও প্রেমময় হ'য়ে বিরাটের আভাস পাবে। অক্ষর, মূর্ত্তি, ছবি, চিহ্ন, বা যে কোন শুদ্ধ বস্তুকে অনন্তের প্রতীক (অঙ্গ বা রূপ-বাচক) স্থির ক'রে সুখে দুঃখে চিন্তার ধারা অবিশ্রান্ত তা'তে লাগিয়ে রাখ্, তা হ'লে মন বার-

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বার এধার ওধার গেলেও সেখানে এসে আবার বিশ্রাম নেবে, এবং ক্রমে ক্রমে ভাব জাগ্রত হ'য়ে হৃদয়ে তা'কে সুপ্রতিষ্ঠিত করবে। কেবল 'অহং' এর শক্তিতে 'সোহং' সত্তায় পৌঁছান, অথবা যোগাদি দ্বারা পরমাত্মার অনুভূতি লাভ করা বর্ত্তমান যুগে সাধারণের পক্ষে কষ্টসাধ্য।

৫৭

বসে' বসে' অন্ধকারে কেবল কি হাত্ড়াচ্ছিস্? আলোর সন্ধান কর্; আলোর সন্ধান কর্। কেরোসিনের ল্যাম্পে বা বিদ্যুতের বাতিতে কতদিন আর আলো ক'রে রাখ্তে পার্বি? তৈল ফুরিয়ে গেলে বা সুইচ্ খারাপ হ'য়ে গেলে বাতি নিবে যাবেই যাবে। এমন আলো নিয়ে সংসারটাকে আলোকিত কর্ যেটা আর কখনও নিব্বে না। সে আলো কি জানিস্? ভগবৎ-নিষ্ঠা; ভগবৎ-প্রেম। ঘরে ঘরে এ আলোর সন্ধান জুড়ে দে', দেখিস্ সকলেরই ভিতর বাহির আলোকিত হ'য়ে যাবে। একটি কথা মনে রাখিস্ যে, বর্ত্তমানে কাজ করতে হ'লে মা লক্ষ্মীদের আশ্রয়-ভিক্ষা

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কর্‌তে হবে; কেন না যে রকম দিনকাল পড়েছে মেয়েরাই সমাজের হাল ধ'রে থাক্‌বে; আর পুরুষরা দাঁড় টেনে বাইরে ঘুর্‌বে। ছেলেদের সঙ্গে সঙ্গে মেয়েদেরও নামকীর্ত্তন শেখাতে হবে, গীতা ভাগবত পড়াতে হবে, জপ ও ধ্যান ধারণায় মন আন্‌তে হবে। সৎ ও সাধু সঙ্গ করাতে হবে; তাহ'লে দেখ্‌বি মেয়ে-পুরুষ দুইই উপরে চ'লে যাচ্ছে। এরূপে প্রাচীনকালে ব্রহ্মচর্য্য নামে যে প্রথম আশ্রম ছিল, তার যদি পুনর্গঠন হয়, তা'হলে হিন্দু সমাজ আবার জেগে উঠ্‌বে।

৫৮

সন্ন্যাসী বলে তা'কে, যা'র সদা শূন্যে বাস; যে সন্ন্যাসধর্ম্ম গ্রহণ করে, আর নিত্য অপরের মুখের দিকে তাকিয়ে থাকে, সে সন্ন্যাসী হ'বার চেষ্টা কর্‌ছে মাত্র। তাঁর নামে যার সব শূন্যে ভেসে গেছে সেই সন্ন্যাসী। যতক্ষণ ঘর বাড়ী, টেঁকে পয়সা, শরীরে আরাম, মনে ভোগবাসনা, প্রতিষ্ঠা, প্রশংসা ইত্যাদির জন্য আগ্রহ থাক্‌বে ততক্ষণ গৃহে থাকাই নিতান্ত উচিত। এ পথের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পথিক একেই তো কম। যারা সন্ন্যাসের উদ্দেশ্য নিয়ে বে'র হয়, তারা যদি সকল রকমে নিঃস্বার্থপর হ'য়ে না চলে অথবা বিহিত আচারে আচারবান্ না হয়, তা হ'লে নানা বিশৃঙ্খলা দেখা দেয়। সন্ন্যাসীর ভাব নিয়ে, গৃহী হওয়া যতদূর প্রশংসার বিষয়, সন্ন্যাসী না হ'য়ে, সন্ন্যাসীর ভেক্ নিয়ে বাহির হওয়া তার চেয়ে ঢের বেশী অপরাধের কথা। এতে শুধু নিজের ক্ষতি হয় এমন নয়, সঙ্গে সঙ্গে সন্ন্যাসাশ্রমের পবিত্র আদর্শকেও খাট করা হয়।

৫৯

একান্ত না হলে শ্রীকান্তকে পাওয়া যায় না। নীরব ও নির্লিপ্ত ভাবে যারা পরমপুরুষের সাধনা কর্তে চায়, হিমালয় তা'দের পক্ষে বড়ই অনুকূল স্থান। চারি-দিকে প্রকৃতি গুরু গম্ভীর ও শান্তশীল। ইহার ক্রোড়ে বসে' অনন্তের চিন্তা বা আত্মবিচার স্বভাবতঃই সহজ। ভাবকে লক্ষ্য ক'রে যা'র সাধনা, সমুদ্রতীর তা'র উপযোগী। তরঙ্গে তরঙ্গে ভাবের হিল্লোল এসে ভাব-

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মায়ের সীমাতীত ভাবে তা'কে ডুবিয়ে স্থির লক্ষ্যে পৌঁছিয়ে দেবে। যা'র মন মাত্র সাধন পথের পথিক হ'বার জন্য উন্মুখ হয়েছে, কোন নিভৃত রমণীয় স্থান তা'র পক্ষে প্রশস্ত। সাধারণ গৃহধর্ম্মীর পক্ষে ঈশ্বর চিন্তার জন্য অন্ততঃ ঘরের কোণায় একটী নির্দ্দিষ্ট শুদ্ধ স্থান করা আবশ্যক। যে ভগবৎ প্রেমে সর্ব্বত্যাগী, যা'র চোখে ভগবান সর্ব্বময়, তা'র স্থান সর্ব্বত্রই সুলভ। মনকে নিয়মিত ক'রে সকল অবস্থার উপরে উঠ্‌বার চেষ্টা কর্‌, তা'হলে স্থান অস্থানের দ্বন্দ্ব ঘুচে যাবে।

৬০

শরণাগত ভক্ত হ'তে হ'লে ভাষা ও ভাব থেকে "আমি"র মূলোচ্ছেদ ক'রে বুদ্ধি-বিচারটা একেবারে ভেঙ্গে দেওয়া আবশ্যক। শিশু হাগে, মুতে, আবার তাই গায়ে মাখে, তাতেই গড়ায়; অথচ অবিচারে আবার মায়ের কোলে আস্‌তে হাত বাড়ায়; তাই অবুঝ বলে' মা তা'কে ধু'য়ে মুছে' সর্ব্বদা হাসি মুখে কোলে তুলে' নেন। ইহাই হ'ল নিঃস্বার্থ স্নেহ ও

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

প্রেমের বিধান। এরূপ আত্মহারা একান্ত সাধনায় অন্য কোন মন্ত্র তন্ত্র নাই। এমনি হ'বার চেষ্টা কর্, তাহ'লে সহজে মায়ের কোলে যেতে পার্‌বি। আর যদি বুদ্ধির মাপকাঠি দিয়ে চল্‌তে চাস্, তবে তোর ভার তোর উপরেই থাক্‌বে। জীবনে অনেক বুদ্ধির খেলা খেলেছিস্, হার জিত যা' হবার হয়ে গেছে; এখন নিরাশ্রয়ের মত তাঁর মুখপানে চেয়ে তাঁরি কোলে ঝাঁপিয়ে পড়্ দেখি, তোর আর কোন ভাবনাই ভাব্‌তে হবে না। মনে রাখিস্ অঘা না হ'লে ভগাকে পাওয়া যায় না।

৬১

কর্ম্ম-জগতের খেলা একরকম, ভাব-জগতের লীলা আর এক রকম। কর্ম্ম-জগৎ প্রকাশ নিয়ে ব্যতিব্যস্ত ভাব-জগতের খেলা নীরব ও অপ্রকাশ। তা' না হ'লে ভাবের পুষ্টি হয় না, এবং এই ভাবের পুষ্টি নিয়েই কর্ম্ম জগৎ চলে। গঙ্গার উৎপত্তি স্থান লোক-চক্ষুর অতীত গভীর অরণ্যে, অথচ তাঁ'র স্নেহধারা কত দেশকে শস্য

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

শ্যামলা ক'রে তাদের শ্রীবৃদ্ধি সম্পাদন কর্ছে, ভাবই জ তের সৃষ্টি, স্থিতি ও লয়ের মূল। কিন্তু যতদিন আপনা থেকে কর্ম্ম-বন্ধন ত্যাগ না হয় এবং কর্ম্মের অপেক্ষা রাখা হয়, ততদিন কর্ম্মের প্রাধান্য স্বীকার করা আবশ্যক। যা'র কর্ম্মস্পৃহা আছে, কর্ম্ম ব্যতিরেকে তা'র শ্রেয়োলাভ ঘটে না।

৬২

যতই তোদের বয়স বাড়্ছে ততই যেন তোরা সংসারের ভারে ছোট হ'য়ে যাচ্ছিস্। দেখিস্ না, কোন কোন মহাপুরুষ প্রকৃতি বা মানুষ কাহারো উপর ভরসা না রেখে, বিশ্বপ্রেমে পূর্ণ বলীয়ান্ হ'য়ে স্বাধীনতার প্রত্যক্ষ মূর্ত্তিরূপে আপন মনে যথা তথা যে কোন অবস্থায় আনন্দে বিহার কর্ছে। আর তোরা সংসার-দুর্গের ভিতরে এত যত্নে সুরক্ষিত থেকেও সর্ব্বদা সঙ্কুচিত ও ভীত; গা ঝাড়া দিয়ে বড় হ'বার চেষ্টা কর্। সাধু পুরুষদের প্রভাব তোদের কর্ম্ম-জীবনে প্রয়োগ ক'রে জগতের শ্রীবৃদ্ধি সম্পাদন কর্।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৬৩

ভগবান ও জীবের নিত্য বিরহ আবহমান কাল থেকে চলে' আস্‌ছে। ভগবান্ সর্ব্বদা জীবকে কোলে কর্‌বার জন্য প্রস্তুত। আর জীব আপন কর্ম্মচক্রে প'ড়ে তাঁর ভিতর থেকেও অন্ধের মত তাঁ'কে দেখেও না, খোঁজেও না। সাধন ভজনে অনুরাগী হ'লে দেখা যায়, এই বিরহ বা বিচ্ছেদই মিলনের সেতু এবং ইহা আনন্দেরই উৎস খুলে' দেয়। মিলনের আশা মিলনের চেয়েও সুখকর, এবং যতই শ্রদ্ধা, ভক্তি বাড়্‌তে থাকে, ততই এই আশায় উৎফুল্ল হ'য়ে ব্যাকুলতা, প্রার্থনা ইত্যাদি পূর্ণতায় পৌঁছায়। হিমালয়ের ভিতর কি দেখিস্‌নি, দুই পাহাড়ে দুই পাখী 'কৈ কৈ' ক'রে অবিশ্রান্ত ডাক্‌তেই আছে, একে অন্যের ডাক শুনে অথচ এত আসঙ্গপ্রীতিতেও কেউ কারো কাছে আসে না। ডেকেই বিচ্ছেদের সাময়িক বেদনার শান্তি করে। বিরহ বা অভাব-বোধ নিতান্ত আবশ্যক। অভাবের তাড়নায় যেমন প্রবলবেগে কর্ম্মসংগ্রাম আরম্ভ হয়, কর্ত্তব্য-বুদ্ধিতে তেমন হয় না। অভাব স্মরণে রেখে সদ্‌ভাবে তাহা

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পূরণের চেষ্টা কর্। এরূপে সদ্‌বৃত্তি যতই বৃদ্ধি পাবে, ততই তাঁ'র বিরহ তোকে অন্য সর্ব্ব কর্ম্ম হ'তে বিরত ক'রে তাঁর প্রতি শরণাগতি এনে দেবে।

৬৪

"তিনি সর্ব্বত্র আছেন, তাঁকে আর ডাক্‌তে হবে কেন? তিনি ত আমার কাছে কিছু চান না"—ছেলে বুড়ো অনেকেরই মুখে প্রায় একথা শুনা যায়। যেরূপ বহু চেষ্টার দ্বারা ভূগর্ভে নিহিত রত্নাদির সন্ধান পাওয়া যায়, তদ্রূপ তিনি প্রত্যেক হৃদয়ে থাকলেও উপাসনা এবং তত্ত্বালোচনাদির দ্বারা চিত্তের মলিনতা বা অজ্ঞানতা দূর ক'রে, তাঁর অনুভূতিরূপ কৃপালাভ কর্‌বার সামর্থ্য আন্‌তে হয়। উপরকার প্রশ্ন কারো ভিতর উঠ্‌লে বুঝতে হবে যে ডাক্‌বার জন্য তার প্রাণে আকাঙ্ক্ষা জাগ্‌ছে, যদিও সে তা' বোঝে না। তখন খুব ক'রে তাঁকে ডাক্‌বার জন্য মনকে জাগাতে হয়। ডাকিস্ ত নিজেরই জন্য। ত্রিতাপের জ্বালায় দিন দিন মরে' বেঁচে জীব যখন অস্থির হয়ে পড়ে, তখনই তাঁকে ডাকে; সাধ করে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ডাকে কয়জন? প্রথম প্রথম ডাকগুলি দুঃখেই অনেকের বে'র হয়। ডাক্‌তে ডাক্‌তে যখন এক আধটু সাড়া মিলে, তখনই ডাক্‌তে আনন্দ লাগে। ইচ্ছায় হোক্ আর অনিচ্ছায় হোক্, সংসার-প্রবাহে চল্‌তে চল্‌তে, তাঁকে ডাক্‌বার চেষ্টা কর্, তাহ'লে আর নিরা-নন্দের তাড়নায় জীবন ভারবহ হবে না।

৬৫

কোন কোন সময়ে তোদের মুখে এক অজুহাৎ শুনি—"তাঁর কৃপা না হলে কি ডাকা যায়?" তাঁর কৃপা সব সময়ে আছে বলেই তো বেঁচে আছিস। তোরা একটু ধৈর্য্য ধরে' নিজের উপর লক্ষ্য কর্ দেখি, তাহ'লে তাঁর কৃপার আভাস পাবি। জগতে নানা জায়গায় নানা জিনিষ ছড়িয়ে আছে। এগুলিকে কুড়িয়ে নেবার জন্য কত রকম কল কারখানা, বিজ্ঞান কৌশলের নূতন নূতন ব্যবস্থা হচ্ছে। ঠিক তেম্‌নি ক'রে ভগবানের কৃপা কুড়িয়ে নেবার জন্য মনপ্রাণ লাগা দেখি, তাঁর কৃপা হাতে হাতে পাবি। তিনি কর্ম্মের ভিতর দিয়েই

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

প্রকাশিত হন। শুধু শুদ্ধভাবে কর্ম্ম কর্। ডাকার জোরে নিজের জড়তার গ্রন্থিগুলি ভেঙে দে। চন্দ্র-সূর্য্যের আলোর মত প্রত্যক্ষ দেখ্‌তে পাবি কেমন ক'রে তিনি সর্ব্বত্র জুড়ে' রয়েছেন!

৬৬

দুর্ব্বলতাই মানুষের প্রধান পাপ। অকারণে দেহের শক্তি যাহাতে অপব্যয় না হয়, সেদিকে লক্ষ্য রেখে চলা উচিত। দেহের খাদ্য পরিমিত আহার বিহার, আর মনের খাদ্য শুদ্ধভাব ও ভগবৎ চিন্তা। দেহ ও মনের কল কারখানাগুলি ঠিক মত চল্‌লেই ইহাদের চালকরূপী আত্মার সন্ধান সহজ হয়।

৬৭

সহরে চব্বিশ ঘণ্টা জল সরবরাহ করতে গেলে যেমন দিনরাত জলের কল চালাতে হয়, তেমনি হৃদয়কে ভগবদ্ রসে পূর্ণ রাখতে হ'লে "অবিরাম স্মরণ" আবশ্যক। তত্ত্ববিচার, জপ বা ধ্যান নিয়ে থাকতে পারিস্ তো খুবই ভাল; যদি না পারিস্ তবে কীর্ত্তন, পূজা,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

যজ্ঞ, পাঠ, দেবদর্শন, সাধুসঙ্গ, তীর্থভ্রমণ ও অন্যান্য সদ্-কার্য্যাদি নিয়ে সতত ঈশ্বরের চিন্তা মনের মধ্যে ধরে' রাখ্‌বার চেষ্টা করিস্। তাঁরই আদেশ শিরে বহন ক'রে সংসার করছিস্, যদি এই ভাবটি শুদ্ধরূপে আন্‌তে পারিস্, তবে তো আর কথাই নেই। যে দিবারাত্রি শ্বাস-প্রশ্বাসের সঙ্গে সঙ্গে তাঁর নাম বা ভাব নিয়ে চল্‌তে পারে, তারই "অবিরাম স্মরণ" হয়; এবং তার বাইরের কর্ম্মগুলি চাবি দেওয়া কলের পুতুলের হাত পা' নাড়ার মত আপনা হ'তেই সহজে নির্ব্বাহ হয়।

৬৮

ভজন কাকে বলে জানিস্? ভাবের প্রকাশই ভজন। বাসনে মুখ চাপা দিয়ে কোন জিনিশ সিদ্ধ করতে বসালে দেখ্‌তে পাবি, একটা সময় আসে যখন ধোঁয়া উঠে' ঢাক্‌নিটাকে ঠেলে উপরে তুলে' দেয়। বিনা জোরে সেটা আর বন্ধ হয় না, ঠিক তেমনি নাম জপ ইত্যাদি যখন প্রাণের ভিতর ঢেউ তোলে, তখন সে তাল সামলে রাখা কঠিন হয়। এই যে উচ্ছ্বাস এরই নাম

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ভাব। ভাবের উৎপত্তি ভিতরে, প্রকাশ বাহিরে। ভাব প্রথম প্রথম সাময়িক হ'লেও ভজনাদির দ্বারা ক্রমশঃ পরিপুষ্টি লাভ করে। কেন না সকলের ভিতর মহাভাব বিদ্যমান রয়েছে, সুযোগ পাওয়া মাত্রই উহা আপন কাজ ক'রে চলে। ভাব যতই স্থির হয়, সাধক ততই উপাস্যের আভাস পায়। ভাবহীন ভজন বিলাতী ফুলের মত। দেখ্‌তে খুব সুন্দর, কিন্তু প্রায়ই গন্ধহীন। খুব হৈ চৈ ক'রে নাম কীর্ত্তন হচ্ছে, এবং কীর্ত্তনগৃহ লোকের ভিড়ে ভেঙে পড়্‌ছে, কিন্তু কীর্ত্তনীয়াদের যদি ভাব না থাকে সেই কীর্ত্তনে দেবতার সাড়া পাওয়া যায় না। দেবতা কেবল ভাবগ্রাহী বলে বাহ্য অনুষ্ঠানাদির সঙ্গে যাহাতে একমুখী শুদ্ধভাব জড়িত থাকে সর্ব্বদা সে দিকে হুঁসিয়ার থাকা আবশ্যক। অগ্নিকুণ্ডে ইন্ধন যোগাতে পারলে, অগ্নিশিখা উর্দ্ধে উঠ্‌বেই উঠ্‌বে।

৬৯

তোরা অনেক সময় বলিস্—"অহংটাই যত নষ্টের গোড়া", কিন্তু বাস্তবিক তা' নয়। অহং বুদ্ধিও যা'

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ইচ্ছাশক্তি বা পুরুষকারও তাই। অহং যেরূপ জন্ম-মৃত্যুর কারণ, ইহা আবার মুক্তিরও সহায়। যে অহং বা স্বতন্ত্র বুদ্ধির স্ফূর্ত্তির দ্বারা ভগবান হ'তে জীব বিচ্ছিন্ন মনে কর্‌ছে তা' সমূলে উৎপাটন কর্‌বার জন্য ইচ্ছাশক্তির প্রয়োগ নিতান্ত আবশ্যক। দেবতায় যে স্থিতিলাভ করেছে, কিম্বা পরম পিতা পরমেশ্বরে যা'র 'আমিত্ব' লয় পেয়েছে, সে দৈব বা মহা-নিয়তির অধীন থাকৃতে পারে ; কিন্তু যা'র "আমি কর্ত্তা" এই অভিমান রয়েছে, তার সকল কাজেই পুরুষকার আবশ্যক। যতক্ষণ বুদ্ধির পরিচালনা আছে, ততক্ষণ অহং আছে, কর্ম্মও আছে। নির্ভরতা কিম্বা আত্ম-বিচারের উপর দৃঢ়তা নিয়ে শুদ্ধ ভাবের উৎকর্ষ সাধন কর্‌ ; কর্ম্ম থাকিলেও অহংএর উদ্বেগ ক্রমশঃ কমে' আসবে।

৭০

যদিও তিনি ভিতরে বাইরে সর্ব্বদাই রয়েছেন, তবুও ভাবে ও কর্ম্মে তাঁর স্মৃতি জাগ্রত রাখা দরকার।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কেন না জন্মজন্মান্তরের সংস্কারগুলি এমন ভাবে মানুষকে বদ্ধ করে' রেখেছে যে তাঁর সন্ধান পাওয়া সহজ নয়। আগুনের তাপে যেমন ভিজে কাঠও শুকিয়ে আগুনের স্বরূপ ধারণ করে' আগুনের ইন্ধন হ'য়ে দাঁড়ায়, তেমনি ভগবৎস্মৃতির তীব্রতায় বিষয়-বৃত্তি ক্রমশঃ ক্ষীণ হ'তে থাক্‌লে হৃদয়ে ক্রমশঃ চিদানন্দের আভাস্ দেখা দেয়। কথাটা হচ্ছে এই, ধনজনপ্রতিষ্ঠার উৎসাহের সঙ্গে সঙ্গে তাঁর স্মৃতিও অন্ততঃ একটু রাখতে চেষ্টা করিস্। সংসারটাকে ভেঙে আমি কাউকে বনে জঙ্গলে যেতে বলি নে; "সকলের জন্য আর সব সময় সব পথ নয়। যারা সংসার করবি তারা ধর্ম্মের সংসার—এই শরীরটার তোদের কাছে এই কথা"। অর্থবিত্তশূন্য কোষাগারের যেরূপ কোন মাহাত্ম্য নেই, তদ্রূপ ধর্ম্মহীন মনুষ্যজীবনের কোনও মূল্য নেই।

৭১

'যা হবার তা' হবে'—সম্পূর্ণ সত্য কথা। নিজের জীবন ও পরের জীবনের ইতিহাস উল্‌টিয়ে দেখ্‌লে দেখ্‌তে পাবি যে মানুষ নিজেই বা কতটুকু কর্‌তে পারে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

এবং অলক্ষ্য শক্তির অদৃশ্য বিধানেও বা কতখানি সংঘটিত হয়! জগৎটা সেই পরম পিতার ইচ্ছায় সুচারুরূপে নিয়মিত, এবং তিনি যে অবস্থায় আমাকে রাখ্‌বেন বা আন্‌বেন তাই আমি বরণ কর্‌ব, এ সিদ্ধান্তে যতই স্থির হতে পার্‌বি ততই নির্ভরের ভাব দৃঢ় হবে এবং ঐশী শক্তির প্রতি ভক্তি ও বিশ্বাসে প্রেমচক্ষু উন্মীলিত হ'বে।

৭২

"সকল কর্ম্মে তিনি আছেন"—এই কথা শোনায় বেশ ভাল, কিন্তু সব কাজ আমরা এমন ভাবে ক'রে থাকি যেন তা' শেষে ইন্দ্রিয়-তর্পণ মাত্র হ'য়ে পড়ে। দেখিস্ না, এই কারণে হারজিতে আমাদের কত হাসি কান্না! যারা পরের চাকরী করে, ধনীর লাভ লোকসানে তাদের তত মাথা ঘামে না। 'কর্ম্মে শুধু তাঁরি সেবা হচ্ছে' —এই বুদ্ধিতে যে স্থিতিলাভ কর্‌তে পারে, সে কর্ত্তব্য শেষ করে' ফলাফলের আশায় ফিরে চায় না। কর্ম্মের আরম্ভে, মধ্যে ও শেষে তাঁর স্মৃতি চোখের সামনে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

রাখিস্, তাহ'লে সকল কর্ম্ম তাঁকে অর্পণ করে' নিশ্চিন্ত থাক্‌তে পার্‌বি।

৭৩

মাতৃরূপিণী মহামায়া সৃষ্টির আদি। তাঁর যখন লীলা কর্‌বার ইচ্ছা জাগ্‌ল তখন তিনি নিজেকে দ্বিধা ভাগ ক'রে মা ও মায়ারূপে জগৎনাট্যশালাতে প্রকাশিত হ'লেন, আর বহুরূপে মায়ার ভিতর লুকিয়ে গেলেন। কালের কুঠারাঘাতে যখন কোন জীবের চৈতন্য উদয় হ'ল, মায়াই যে মা এই বুদ্ধিতে সে মায়ের সন্ধানে প্রবৃত্ত হ'ল। সে মায়ের কৃপায় সাধনার জোরে তাঁ'র আদিরূপ মহামায়ার সন্ধান লাভ ক'রে কৃতার্থ হ'ল। এখানে শেষ নয়; মহামায়ার বিরাটত্ব দেখে সে তাঁ'তে আত্মহারা হ'য়ে সচ্চিদানন্দ সাগরে মিশে' গেল। তাই দেখ্, সংসারে যার নাম মোহ বা মায়া, অধ্যাত্মপথে তাঁরই নাম মহামায়া; দুইয়ের ক্রিয়া প্রকাশতঃ বিভিন্ন হ'লেও উভয়ে মূলতঃ এক। সংসারের পথে খেলা কর্, মহানন্দ পাবি, ছাড়িয়ে দিলেও ছাড়্‌তে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ইচ্ছা হবে না ; আর ধর্ম্মপথে, সেও দেখ্‌বি মহানন্দের হাট। তবে প্রথমটি ক্ষণস্থায়ী আর দ্বিতীয়টি নিত্য। উভয়েরই সার্থকতা রয়েছে, কেন না যিনি সকল খেলার খেলোয়াড়, তিনি যখন যা'র যা' আবশ্যক, তা'কে তাই দিয়ে তৈরী করে' নেন এবং ক্রমে ক্রমে শেষ লক্ষ্যে টেনে নিয়ে মোহ-মায়া ও মহামায়ার দ্বন্দ্ব ঘুচিয়ে দেন।

৭৪

সূর্য্য, চন্দ্র বা বাহিরের আলো দিয়ে আর কয়দিন চালাতে পার্‌বি ? চোখ যখন দেখ্‌বে না, শরীর যখন চল্‌বে না, বুদ্ধি যখন বিভ্রান্ত হবে, তখন যে কেবল অন্ধকারেই হাত্‌ড়াবি। সময় থাক্‌তে থাক্‌তে ভিতরের আলো জ্বালাবার চেষ্টা কর্। মনের চুল্লীতে আত্ম-বিচার বা নামের আগুন ধরিয়ে দে ; সাধুসঙ্গ, প্রার্থনা উপাসনাদির বাতাস দিয়ে সে আগুন সতেজ রাখ্। ক্রমশঃ এর জ্যোতিঃ স্থির হয়ে' যাবে। তখন সে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

আলোতে ভিতর বাহির আলোকিত হ'য়ে আত্মদর্শনের পথ সুগম করে তুল্‌বে।

৭৫

কারণে আত্মপ্রয়োগ করার নামই কর্ম্ম; কর্ত্তার অবশ্য করণীয় কর্ম্মকে কর্ত্তব্য কর্ম্ম বলা হয়,—কার কর্ত্তব্য কর্ম্ম কিরূপ ইহাই ভাব্‌বার বিষয়। সংসার জীবনে সংসার রক্ষাই কর্ম্ম, কিন্তু যদি কাহারও প্রবল আত্মিক বা জাগতিক মহৎ উদ্দেশ্য সিদ্ধির প্রয়োজনে পরিজনকে ছেড়ে' যেতে হয়, তখন সেইটিই তার কর্ত্তব্য ব'লে অবধারিত হয়। এই কারণে কর্ত্তব্য কর্ম্মের কোন মাপকাঠি নেই; অবস্থা, দেশ-কাল-পাত্র তা'কে নির্দ্দিষ্ট করে। ঈশ্বর-চিন্তা যে জীবের সর্ব্বপ্রধান কর্ত্তব্য এটা প্রায় সকলেই ভু'লে বসেছে। প্রাচীন হিন্দু সমাজ চার আশ্রমে গঠিত ছিল:—ব্রহ্মচর্য্য, গার্হস্থ্য, বাণপ্রস্থ, ও সন্ন্যাস। বর্ত্তমানে একমাত্র গার্হস্থ্যই প্রবল। কাজেই আগে যে ভোগে ও ত্যাগে মানুষ তৈরি' হতো এখন আর সে সুযোগ নেই। আদিতে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ভোগ, অন্তেও ভোগ এবং ভোগ নিয়েই অধিকাংশ মানুষ জীবলীলা সাঙ্গ করে। এই কারণে জীবনের উদ্দেশ্য কি? ইহ পরকাল কি? ইত্যাদি বিচার আজকাল মানুষের মনে খুব কমই জাগে।

৭৬

সংসারে একে শূন্য বাড়িয়ে লোকে ধনী হয়, আর ধর্ম্মপথে লোক এককে একই রেখে এক-তত্ত্বের সন্ধান পায়। কাজেই উভয় পথ সম্পূর্ণ বিপরীত, কিন্তু ভেবে দেখা উচিত যে, এক না থাক্‌লে শূন্যের কোন মূল্যই নেই। একারণে একের উপর সর্ব্বদা বিশ্বাস ও নির্ভরতার সহিত একলক্ষ্য রেখে চল্‌লে যে কোন অবস্থাতেই দারিদ্র্যের আশঙ্কা থাকে না।

৭৭

স্বধন লাভের জন্য স্বভাবের যে কর্ম্ম চেষ্টা তারই নাম সাধনা। কর্ম্ম মাত্রেই সাধনা, জীবমাত্রেই সাধক; ভগবান জীবের স্বধন ব'লে তিনিই একমাত্র সাধনার

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বস্তু। সংসারভাব যখন প্রবল থাকে তখন সকাম বা লৌকিক কর্ম্মাদির দ্বারা সাধনা চলে, যদিও ভগবদ্-ভাব এর ভিতর প্রচ্ছন্ন থাকে—কেননা তিনি ভিন্ন কিছু হয় না; যে যা' করুক সবই তাঁর নিকটে পৌছায়—ইহা স্বতঃসিদ্ধ। সংসারীর সাধনাকে অভাবের সাধনা বলা যায়; তাতে মমত্ববুদ্ধি প্রধান হ'য়ে চলে এবং বাহিরের কর্ম্ম বা ভোগই ইহার লক্ষ্য। যতদিন দুঃখদৈন্য, লাঞ্ছনা, অপমান, শোকতাপ প্রভৃতির তাড়নায় মানুষ হয়রাণ হ'য়ে পড়ে, ততদিন ঐ সাধনা বেশ চলে। ইহাও এক হিসাবে স্বভাবের সাধনা; কারণ এই অভাবের প্রবাহ ধরে' না চল্‌লে প্রায় স্ব-ভাবের আবশ্যকতা জাগ্রত হয় না। মানুষ যখন স্ব-ভাবে প্রতিষ্ঠিত হ'বার চেষ্টা করে' স্ব-ধনের অনু-সন্ধানে প্রবৃত্ত হয়, তখন তাহার পারমার্থিক সাধনা বা নিষ্কাম কর্ম্মের সুরু হয়। এই স্বভাবের কর্ম্মই ত্যাগ, বৈরাগ্য, প্রেম প্রভৃতির ভিত্তি গড়ে' তোলে। জন্ম নেবার পরেই মানুষ পরধন বা তুচ্ছ ভোগে যেতে চায়। শুভকর্ম্মাদির দ্বারা সুসময়ে যখন স্বধনের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

স্মৃতি জাগ্রত হ'য়ে উঠে তখন সে উহা উদ্ধার কর্‌বার চেষ্টায় ব্যস্ত হয়। যতই এরূপে তার স্বভাবের কর্ম্ম বেড়ে যায় ততই তাহার স্বধনের জ্ঞান জন্মে। গৃহে আগুন লাগ্‌লে প্রায়ই যেমন ঘরখানি না পুড়িয়ে ছাড়ে না, যখন প্রকৃত সাধনা আরম্ভ হয় তখন আর তা' কোনরূপে ক্ষান্ত হয় না; বরং সাধনার সংবেগ দিন দিন বৃদ্ধি পেয়ে সাধককে স্বপথে দ্রুত গতিতে চালিয়ে নেয়। প্রথমতঃ সাধকের দেহাত্মবুদ্ধি সরে' যায়; পরে বাসনা কামনা সম্পুর্ণরূপে গলে' যায়; তার-পরে সর্ব্বত্র সমভাব জন্মায় এবং জীবকে দেহ ও মনের অতিরিক্ত সেই আত্মদেবের প্রত্যক্ষে উপস্থিত করে,—ইহাই সাধনার চরম উদ্দেশ্য। এক লক্ষ্য সাধনার প্রাণ; শ্রদ্ধা বিশ্বাস ও ধৈর্য্য ইহার শক্তি।

৭৮

আচারবান না হ'লে চিত্তশুদ্ধির ব্যাঘাত্ ঘটে। কথায় বলে, "আচারের ঘর আছাড়ে ভাঙে না।" শৌচাদির প্রতি যথা সম্ভব দৃষ্টি রেখে সদ্‌বিধি অনুসরণ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ও শুদ্ধাচারী হওয়া আবশ্যক। রাজদর্শনে যেতে হ'লে যেমন কতগুলি কায়দা কানুন মেনে চল্‌তে হয়, দেবদর্শন ও দেবচিন্তায় ততোধিক পবিত্রতা ও সাবধানতার প্রতি লক্ষ্য রাখা উচিত।

৭৯

স্বভাবে প্রতিষ্ঠিত হ'য়ে অর্থাৎ "আমি কে" ইহার যথার্থ জ্ঞান লাভ ক'রে, এবং ভোগাদিতে অনাসক্ত হ'য়ে যিনি তাঁর রসে মেতে রয়েছেন তাঁ'কে সাধু বলা যায়। বিশ্ব প্রেমের অধিকারী বলে' সাধু সর্ব্বদা চিন্তাশূন্য, উদার, শিশুর মত সরল ও সন্তুষ্ট। এই রকম মহাপুরুষকে দেখ্‌লে প্রাণে স্বতঃই আনন্দ আসে এবং তাঁর সংসর্গে ঈশ্বরভাব জাগ্রত হয়। জল যেমন সকল বস্তুকে নির্ম্মল ক'রে ফেলে, সেইরূপ সাধুর দর্শনে, স্পর্শে, আশীর্ব্বাদে এমনকি স্মরণেও মলিন বাসনা ক্রমশঃ দূরীভূত হ'য়ে যায়। সঙ্গের সঙ্গী মাত্র ভগবান ; সাধুরা তাঁর সঙ্গলাভ করেছেন ব'লে তাঁদের সঙ্গ বাঞ্ছনীয়। স্থূল স্থূলকে সহজে আকর্ষণ করে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

এই কারণে বর্ত্তমান সময়ে সাধন ভজনে সৎসঙ্গ প্রধান সহায় বল্‌লেও চলে। সাধুরা বৃক্ষ রাজির মত সর্ব্বদা উদ্ধর্মুখ থাকলেও পরকে ছায়া ও আশ্রয়দান এঁদের সহজাত ব্রত। বৃক্ষের মত সাধুদের কোন ইচ্ছা অনিচ্ছার দ্বন্দ্ব নেই ; যে একান্তভাবে তাঁদের শরণ লয়, সেই শান্তিলাভ করে' কৃতার্থ হয়। যখন আত্মতত্ত্ব জান্‌বার জন্য মানুষের প্রাণে উৎকট আগ্রহ জেগে উঠে, সেই সময়ে সৎসঙ্গ লাভ হয়। শুদ্ধ ও স্থিরভাবে শ্রদ্ধালু ও বিনয়ী হ'য়ে সাধুদর্শনে যাওয়া দরকার। সাধুর নিকটে নীরবে বসে' সচ্চিন্তা করলে যেরূপ ফল হয়, তর্কাদি দ্বারা তদ্রূপ ফল পাওয়া যায় না। মহা-পুরুষদের কর্ম্ম সাধারণের অনুকরণীয় নয় ; কিন্তু তাঁদের নিকট প্রাপ্ত সদুপদেশ বা আদেশ নিজ জীবনে যা'তে ফলপ্রসূ হয় তা'রই চেষ্টা করা উচিত, নতুবা প্রত্যহ নূতন নূতন বীজ সংগৃহীত হ'ল, অথচ একটিও জীবনে অঙ্কুরিত হ'ল না—ইহা বড় পরিতাপের বিষয় !

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৮০

বদ্ধভাব মুক্তির উপায় :—

(১) কর্ম্ম ও স্মৃতি—দেহ, মন ও সংসারের প্রতি যথাবিহিত দৃষ্টি রেখে প্রকৃতির সঙ্গে একযোগে শুভকর্ম্ম। মুখে, কণ্ঠে বা বুকে ঈশ্বরবাচক নামের স্মরণ, জপ, প্রার্থনা ও তদ্বিষয়ক আলোচনা।

(২) অনুভূতি--ধ্যান ও অনন্য চিন্তা দ্বারা স্বরূপের অনুসন্ধান।

(৩) স্থিতি—কর্ম্মসমাপ্তি, দেহাত্মবুদ্ধি, নির্ব্বাণ, সর্ব্বত্র সমভাব ও সমদর্শন, পূর্ণতত্ত্বপদে লক্ষ্যের স্থিরতা।

৮১

"একতারায়" উঠে একসুর, আর "হারমোনিয়ম" গায় সপ্তসুর। হারমোনিয়ম যখন বাজে সাধারণ শ্রোতারা আনন্দ লাভ করে বটে কিন্তু ভাবুকের কাণে একঘেঁয়ে "একতারাই" মধুর শুনায়, কেননা একসুর ভেঙেই ত সাত সুর। দেহখানা "একতারা" করতে চেষ্টা

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কর্; মনটীকে তার করে' দিবারাত্রি কেবল বাজাতে থাক,—"জয় জগদীশ হরে"। এই রকম কর্তে কর্তে এই এক গান ছাড়া তোর আর কিছুই ভাল লাগবে না।

৮২

বাতাস উঠ্লে যেমন নদীতড়াগের জল স্থির থাকেনা, সেরূপ চিন্তা থাক্লে মন কখনো স্থির হয়না। দৃঢ়তার সহিত চিন্তাশূন্যতা বা শান্তভাবের অভ্যাস কর্। মাঝে মাঝে মৌনব্রত অবলম্বন কর; তাহ'লে মনের শক্তি খুব বাড়্বে। যেই দেখ্লি বিষয় চিন্তা এসে তোকে পুনঃ পুনঃ অস্থির করে' তুলছে, যে কোন উপায়ে তাকে সরাবার চেষ্টা কর্বি। কল কৌশলের দ্বারা যেমন বড় বড় খাল বিল জলশূন্য করা হয়, তেমন একনিষ্ঠ অভ্যাসের দ্বারা বাসনা কামনার সিন্ধুকটীও খালি করা যায়।

৮৩

দুধের ছিটেফোঁটা দিয়ে যেমন চিনির রস পরিষ্কার করা যায়, তদ্রূপ ঈশ্বর-চিন্তার স্পর্শে চিত্তের সংস্কার বা

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মলিনতা দূরীভূত হয়। সংসারী লোক প্রায়ই অধিক বয়সে ভজন পূজন করতে গিয়ে ক্লান্ত বা নিরুৎসাহ হ'য়ে পড়ে। একারণে শৈশব হ'তে ঈশ্বরভাব মুখ্য করে' জীবন চালাতে শিখ্‌লে শেষকালে "বেলা গেল, সন্ধ্যা হল, পার কর আমারে" বলে' কাঁদতে হয় না। আত্মরক্ষার্থে অর্থবিত্ত সঞ্চয়ের মত ধর্ম্ম সঞ্চয়ও যে নিতান্ত প্রয়োজনীয়, এ খেয়ালটী সর্ব্বদা মনে রাখা উচিত।

৮৪

প্রত্যেকের জীবনেই সংযম আবশ্যক। প্রথমতঃ শরীরের প্রতি যথাসাধ্য শাসন দৃষ্টিতে সংযম অভ্যাস কর্‌তে হয়। নিয়মাদির দ্বারা শরীর তৈরি হ'তে থাক্‌লে মনে সংযমের ক্রমোদয় হয়। তখন শরীর ও মন পরস্পর সংযোগে সংযম সাধনায় প্রবৃত্ত হওয়া উচিত। শরীর ও মন সংযত হ'লে আপনা থেকেই আত্মানুসন্ধানের আগ্রহ জাগে। সেই সময়ে উদাসীন না থেকে ভগবৎকার্য্যে মনোনিবেশ কর্‌লে আত্মানুভূতি সুগম হ'য়ে পড়ে। দেহজ্ঞান যতক্ষণ রয়েছে, কর্ম্ম

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ভিন্ন কোন লক্ষ্যপ্রাপ্তি সম্ভবপর নয়। সর্ব্বদা স্মরণ রাখা আবশ্যক যে ধনসঞ্চয়ী কৃপণের মত অথবা মৌচাক নির্ম্মাতা মৌমাছির মত কঠোরতা অবলম্বন না কর্‌লে ধর্ম্মজীবন লাভ করা যায় না।

৮৫

দেখ্, একটা কিছু কর্। হাতে একটী জপের মালা রাখ্, আর তা যদি না পারিস্ অন্ততঃপক্ষে তোদের ঘড়ীর টিক্‌টিকের মত নাম করে যা'। এ'তে বিধিনিয়ম কিছুই নেই ; যত বেশী পারবি, যার যে নাম ভাল লাগে, সে নামে তাঁকে ডাক্‌বি। শুষ্কতা অবসাদ আস্‌লেও ঔষধ গেলার মত গিল্‌বি। এরূপে সুসময়ে মনের মালার সন্ধান পাবি। তখন দেখ্‌বি যে মহাসমুদ্রের আওয়াজের মত অবিশ্রান্ত সেই মালা একমাত্র পরম পুরুষ পরমেশ্বরের গুণগান করছে, এবং জলে স্থলে, আকাশে বাতাসে সর্ব্বত্র সে ধ্বনিই ঘুরে' বেড়াচ্ছে। একেই বলে নামময় হওয়া। নাম রূপ নিয়ে জগৎ ; নামেই ইহার আরম্ভ, নামেই ইহার শেষ। নামে যখন পূর্ণসিদ্ধি এসে' সাধককে আত্মহারা ক'রে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ফেলে, তখন তার জগৎ থাকে না, আমিও চ'লে যায়। কি যে আছে, কি যে নেই, কেউ বুঝ্‌লেও ভাষায় তা' প্রকাশ কর্‌তে পারে না।

৮৬

নেই বল্লে কিছুই নেই, আর আছে বল্লে সবই আছে। দেখিস্ না, কেউ বল্‌ছে জগৎ মিথ্যে, আবার কেউ বল্‌ছে সত্যি ; অনেকে বলে দেবদেবীর কোন সত্তা নেই, আবার কেউ বলে, নিশ্চয়ই আছে ; এমন কি ডাকাডাকিতে এঁদের দর্শন লাভও হয় ; এঁদের কথাও কাণে শোনা যায়। শিশুর কাছে মাটী বা রবারের পুতুল জীবন্ত মানুষের মত সত্যি, কিন্তু বয়স বাড়্‌বার সঙ্গে সঙ্গে তার সে দৃঢ় ধারণা অসত্যে পরিণত হ'য়ে যায়। কাজেই দেখা যায় প্রত্যেকের সাময়িক ভাবের শক্তি ও পরিমাণ অনুযায়ী বিষয়ের বিশ্বাস বা অবিশ্বাস নিরূপিত হয়। প্রকৃত ভাব যখন একমুখী হ'য়ে জম্‌তে জম্‌তে ঘনীভূত হয়, তখন কাহারো কাহারো চিত্তে সংস্কার বা তীব্র আকাঙ্ক্ষা অনুযায়ী মহৎ ভাব প্রত্যক্ষ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মূর্ত্তি পরিগ্রহ করে এবং বাণীরূপে প্রকাশ পায়। একনিষ্ঠ ভাবুকের চিত্তগৃহে এসব নৈমিত্তিক উৎসব মাত্র। অধ্যাত্মপথে চল্‌তে চল্‌তে ঈশ্বর চিন্তার প্রবাহ ধ'রে যখনই আপনাকে হারানো যায়, তখনই এরূপ বিবিধ খণ্ড-বিভূতির স্বতঃসিদ্ধ দর্শনলাভ ঘটে। এরা সহায়সূচক হ'লেও কদাচ সাধকের শেষ লক্ষ্য নয়। জল থেকে বাষ্পাকারে মেঘ জন্মে, কিন্তু এ মেঘের কোন সার্থকতা নেই, যে পর্য্যন্ত না বর্ষিত হ'য়ে জগৎকে তৃপ্ত করে। তদ্রূপ মহাসত্তায় ডুবে পূর্ণস্থিতি লাভ করা অবধি সাধনার পূর্ণাহুতি হয় না।

৮৭

ত্রাণ পেতে হ'লে "ত্রাণ কর তারা ত্রিনয়নি!" ব'লে প্রাণে কেঁদে কেঁদে মাকে ডাক্‌তে হবে। সংসারের জন্য যতটুকু কাঁদিস্ তার চেয়ে যে ঢের বেশী কাঁদ্‌তে হবে। কাঁদ্‌তে কাঁদ্‌তে যখন বাহির ও অন্তর এক হ'য়ে যাবে তখন দেখ্‌বি, যাঁকে একদিন এমন করে' খুঁজেছিস্, তিনি সকলের প্রাণরূপে অতি নিকটেই বিরাজিতা রয়েছেন!

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৮৮

কৃতজ্ঞতা, স্তবস্তুতি ও অশ্রু-সিক্ত প্রার্থনাদি খুব ভাল। এদের দ্বারা চিত্ত শুদ্ধ ও শান্ত হ'লে ঈশ্বর সম্বন্ধীয় কল্পনায় বিশ্বাস ও সত্যের আভাস দেখা দেয়। কিন্তু এরা গতিশীল ব'লে সঙ্গে সঙ্গে ধ্যানধারণাও আবশ্যক। ভাবের গভীরতা চাই, তাতে ডুব দেওয়া চাই, নতুবা কেবল ভেসে বেড়ালে শক্তির ক্ষয় ছাড়া বৃদ্ধি হয় না। বহু জন্মের সংস্কার গুলি বটঅশ্বত্থের শিকড়ের মত দেহ-মনের সর্ব্বত্র ছড়িয়ে পড়েছে ; তাদের উৎপাটন করতে হ'লে ভিতরে বাহিরে কঠোর কুঠারাঘাতের দরকার। রোজ রোজ যতক্ষণ পারিস্, বহিরিন্দ্রিয় গুলিকে অন্তর্মুখীন করে' তাঁতে একটু লেগে থাক্‌বার চেষ্টা কর্‌বি।

৮৯

পরিজনবর্গের ভিতর ধর্ম্মভাব জাগাতে হ'লে, নিজে কেবল ধর্ম্মাচরণ করলে চল্‌বে না, তাহাদিগকেও সদুপদেশাদির দ্বারা ঈশ্বরের অনুরক্ত করা দরকার। তাতে তোরও সাধনভজনের অনেক সহায় হবে।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

এ উপলক্ষে অন্ততঃ প্রতি সন্ধ্যায় অবসর সময়ে সকলে মিলে সংকীর্ত্তন বা ভগবৎ সঙ্গীত ও আলোচনা ইত্যাদির ব্যবস্থা করবি। ভগবানে শরণাগত জনের মমত্ববুদ্ধি হাল্‌কা হয় এবং বিপদে ধৈর্য্য থাকে।

৯০

তোরা মুখে বলিস, "সংসার বন্ধন থেকে মুক্তি পেতে চাই।" কিন্তু কাজে দেখা যায়, ঘুড়ি বা উড়ো জাহাজের মত পথের সম্বল স্বরূপ একটি সূত্র বা চালকের উপর ভর না রেখে চলিতে পারিস্ না। মুক্ত হ'তে হ'লে শিকলী-কাটা পাখীর মত বাসা ও খাদ্যের চিন্তা ছেড়ে সাহস ক'রে হাওয়ায় উড়্‌তে হয়।

৯১

আনন্দ, পরমপুরুষ বা আত্মা সকলই এক কথা। খাঁটী আনন্দ কাকে বলে জানিস্? যার জন্য এক ভিন্ন দ্বিতীয় বস্তুর উপর নির্ভরের ভাব থাকে না,—যাহা স্বপ্রকাশ, আপনাতে আপনি পূর্ণ, সত্য ও নিত্য। সংসারের রূপরসাদির ভোগে তোরা সুখ পাস্, কিন্তু সে তৃপ্তি আপাত মধুর বা ক্ষণস্থায়ী ব'লে বিষয় থেকে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বিষয়ান্তরে তোদের ছুটাছুটী কমে না। অন্তরের আনন্দ চাই। যিনি সকল রসের আধার, দৃঢ়তা ও উৎসাহের সহিত তাঁর রসে রসবান হ'বার সঙ্কল্প কর, তাহ'লে ইন্দ্রিয়াদির দাসানুদাস হ'য়ে ভিখারীর মত এ তুয়ারে সে তুয়ারে আর ঘুর্‌তে হবে না।

৯২

শুধু অনুষ্ঠানের ঘটায় সাধন ভজনে স্থিরতা আসে না। মনে রাখা উচিত ভাবহীন অনুষ্ঠান প্রকৃত ধর্ম্মের সহায়ক নয়। তপস্যা মানেই তাপ সহ্য করা; ত্রিতাপের যে জ্বালা তার চেয়েও বেশী তাপিত না হলে তপস্যা হয় না। সকল ইন্দ্রিয়াদির পূর্ণ সংযম চাই। যতদিন অপূর্ণতার লেশ মাত্র থাক্‌বে ততদিন পূর্ণের দর্শন পাওয়া কঠিন। যাঁর ঈঙ্গিতে জগৎ চল্‌ছে, তাঁরদিকে লক্ষ্য রাখবার চেষ্টা কর্, বিষয় ভোগের তৃষ্ণা আপনা হ'তেই ছেড়ে যাবে।

৯৩

কন্যা কুমারীর সমুদ্র-কূলে দাঁড়ালে দেখা যায়, যে ঢেউয়ের উপর ঢেউ উঠ্‌ছে ও ভাঙছে এবং

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ভেঙে কোন্ অনন্তে যে মিশে যাচ্ছে তার নিরাকরণ নেই। এই জগতটাও মহাসমুদ্র বিশেষ; কত বস্তুর পলে পলে উৎপত্তি ও বিনাশ হ'য়ে যাচ্ছে এবং বিনাশ হ'য়ে কোথায় যে যাচ্ছে, তা মানববুদ্ধির অগম্য। প্রকৃতির এই অবিরাম গতি বেশ বুঝিয়ে দেয় যে, জন্ম মৃত্যু বলে' কিছু নেই এবং এক পরম পুরুষই নানা ভাবে নানা রূপে তাঁর অস্তিত্ব প্রকাশ করছেন মাত্র। প্রকৃতির বিধানগুলি সুন্দর দৃষ্টিতে দেখতে শেখ্, তার নিরপেক্ষ ভাব হৃদয়ঙ্গম কর্, তা' হলে যিনি সকল কারণের বিধাতা, তাঁর চিন্তা আপনা হ'তে জাগ্রত হ'য়ে একমাত্র তিনি ভিন্ন আর কিছু নেই প্রমাণ করে' দেবে।

৯৪

অনেকে বসে' দুঃখ করে,—"সদ্‌গুরুর কাছে দীক্ষা নিলুম, কৈ কিছুই তো হলো না।" কাপড়ে একটু কালির দাগ পড়লে তা' তুল্‌তে কত সময় লাগে, আর চিত্তের এমন গাঢ় ময়লা কি দু পাঁচ দিনেই উঠে যাবে? গুরু বা মন্ত্রশক্তির পরিমাণ চিন্তা না করে',

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

নিজের চেষ্টার প্রতিই সতত জোর দেওয়া দরকার। আয়েষী হ'য়ে বা বেগার খেটে ধর্ম্মের কাজ হয় না; আপনাকে জান্‌তে হলে, বিশেষরূপে খাট্‌তে হয়। গুরুর উপদেশের উপর অটল বিশ্বাস ও শ্রদ্ধা রেখে নিষ্ঠার সঙ্গে উপাসনাদিতে মনোনিবেশ কর্‌লে ফল দেবেই দেবে। ধর্ম্মের সেবা করলে ধর্ম্মই তাকে ধর্ম্মপথে হাত ধরে' টেনে নেন্!

৯৫

জ্ঞান মার্গের "আমি," ভক্তি মার্গের "তুমি" এবং যোগ বা কর্ম্ম মার্গের "আমি ও তুমি," এই তিনের মূলতঃ কোন পার্থক্য নেই। যারা পুরষকারের সঙ্গে তাঁকে সকল কর্ম্মের ও ভাবের অগ্রদূত করে' "আমি ও তুমির সমন্বয়ে অগ্রসর হতেছে তাহারা সকলেই সেই এক মহাসমুদ্রেই ডুবে যাবে। ভেসে থাকা পর্য্যন্তই সাম্প্রদায়িক ও লৌকিক ভেদাভেদ। যে কোন উপায়ে ডুব দিতে পারলেই দেখা যায় পরমতত্ত্ব মাত্র এক, সত্য ভাবও এক।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

৯৬

মানুষ মাকড়সার মত জালের উপর জাল তৈরি করে; অনন্তকালের জন্য আপনাকে ঐ জালে জড়িত রাখ্‌তে চায়। ভোগ মোহাদির তুলনায় পড়ে' একবার ভেবে দেখে না যে বারবার জন্মমৃত্যুর ঘাত প্রতিঘাত কি যন্ত্রণাদায়ক! বর্ত্তমান জীবনেই কর্ম্মবন্ধন শেষ করতে হ'বে,—এই অটুট সঙ্কল্প নিয়ে সেনাপতির মত আপনার শক্তি বলে মায়াজাল ছিঁড়ে ফেল্‌তে চেষ্টা কর্; অথবা অবরুদ্ধ সৈন্যদলের মতো বিশ্বপিতার নামে ধন্না দিয়ে পড়ে থাক্, তিনিই তোর ব্যবস্থা করবেন।

৯৭

যা' ভাল লাগে না, তা' সহজে ত্যাগ করতে পারো; যা অন্যায় মনে করিস্, তা কেন ছাড়তে পারিস্‌নে? অন্যায়কে ন্যায় থেকে পৃথক করতে চেষ্টা কর্, বিষের মত সেটাকে ঘৃণাভরে বর্জ্জন কর্, আর ন্যায় বা শুভ বাসনা পুঞ্জিকৃত করবার জন্য প্রতিনিয়ত সৎ-চিন্তার ও শুভ কর্ম্মের আশ্রয়ে থাক্। নিজকে জয়

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

করতে না পার্‌লে, জগৎ জয় করলেও মুক্তির পথ দুর্ল্লভ।

৯৮

জন্মজন্মান্তরের সংস্কারই বন্ধনের মূল। কর্ম্মের দ্বারা যে সংস্কার গড়ে ওঠে, কর্ম্মের দ্বারাই ইহা ভাঙে। পূর্ব্বকৃত কর্ম্মাদির বিবিধ ভাব নিয়ে গ্রামো-ফোনের রেকর্ডের মত মানুষের চিত্তপট তৈরি হয়। যখন বহিরিন্দ্রিয়ের সংযোগে অন্তরে স্মৃতির অনুকূল বাতাস বইতে থাকে, তখন মন "নিডেলের" কাজ ক'রে, এবং অনুরূপ কর্ম্ম-প্রেরণা দেয়। শুভকর্ম্ম কর্‌তে কর্‌তে যতই শুভসংস্কার বৃদ্ধি পায় ততই অশুভ সংস্কার গুলি দূরীভূত হয়। অবশেষে আগুন যেরূপ আবর্জ্জনাদি ভস্ম ক'রে আপনা হ'তেই আপনি নিবে যায়, তদ্রূপ শুভ সংস্কারগুলি স্বয়ংই লোপ পায়।

৯৯

'স্মরণ করে রাখ,' স্মরণ করে রাখ্'। ভগবানের নাম সর্ব্বদা স্মরণ কর্‌তে কর্‌তে এই সংসার কারাগারের দিন কেটে যাবে। নিজে তো ভাল হ'বার চেষ্টা করবিই,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

যে যেখানে আছে তাদেরও ডেকে নিবি। যার কর্ম্মের সঙ্গে ধর্ম্মের সম্বন্ধ নেই তাকে ঈশ্বরের নাম করতে অকাতরে মিনতি কর্; যে তাঁকে যে কোন বিশুদ্ধ ভাবে পেতে চেষ্টা কর্‌ছে তাকে সেই ভাবে আলিঙ্গন কর্; আর যে তাঁর মহিমা জানতে পেরেছে তার সঙ্গ লাভে নিজের জীবন কৃতার্থ কর্।

১০০

"সকলই তাঁর ইচ্ছা" বলে' যতক্ষণ বাইরে দোহাই দিয়ে চল্‌বি, ততক্ষণ তোর ইচ্ছাটাই প্রবল হ'য়ে খেল্‌ছে মনে কর্‌বি। দেখ্, তাঁর ইচ্ছা যখন তোর ভিতর এসে জায়গা পাবে, তখন তাঁর ইচ্ছা ও তোর ইচ্ছা এমন মিলে' মিশে' থাক্‌বে যে দুটিকে আলাদা করে' চেনা যাবে না। তোর ইচ্ছা যতক্ষণ আছে, ততক্ষণ বিহিত কর্ম্মাদিতে তাঁর ইচ্ছার অনুগত হ'য়ে চলবি এবং ফলাফল সন্তুষ্ট মনে অকাতরে গ্রহণ কর্‌বি। ভগবদ্ ইচ্ছায় অবিচারে আত্মসমর্পণ করাই শুদ্ধ প্রেমিকের ধর্ম্ম। এরূপে এমন সময় আস্‌বে, যেদিন তোর ইচ্ছা ব'লে আর কিছুই থাক্‌বে না, সকলই কেবল

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

র্মগ্রক শক্তিময়ের খেলা ব'লে বাইরে ভিতরে অনুভূতি হবে। বস্তুতঃ এই বিচিত্র জগৎটির কোন উদ্দেশ্যই থাকে না, যদি না বুঝতে পারিস্ যে আমরা সকলেই তাঁর ইচ্ছার সহিত অভেদরূপে মিলিত হ'বার জন্যই পলে পলে অগ্রসর হচ্ছি।

১০১

সকল কাজগুলিই দেখ্‌বি এক একটি লক্ষ্য ধরে চলে। যেখানে লক্ষ্য স্থির নেই, সেখানে কর্ম্ম নিষ্ফল হয় বা কর্ম্মের শ্রী থাকে না। তাঁকে জান্‌বার এক উপায় হচ্ছে উপাসনা, বা নটমণ্ডপ থেকে ঠাকুর মন্দিরে প্রবেশ করা। উপাসনা আত্মা পরমাত্মার মধ্যে সেতুস্বরূপ। জাগরণে ও স্মৃতির ভিতর দিয়ে পরমাত্মার সান্নিধ্যে আত্মার আসা-যাওয়া রূপ নিয়মিত ব্যবহার চাই। শারীরিক ব্যাধি প্রতিকারার্থ যেমন ঔষধ, তেমন সংস্কার-মলিন মনকে ত্রাণ করবার জন্যে ঈশ্বরচিন্তা অত্যাবশ্যক। এর জন্যে প্রত্যহ সকাল বিকাল নির্দ্দিষ্ট সময়ে নিত্য কার্য্যাদি তো করবিই, তদুপরি সর্ব্বদা জাগতিক বিষয় বৃদ্ধির যত্নের ন্যায় তাঁর ধ্যানও

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

যে যেখানে আছে তাদেরও ডেকে নিবি। যার কর্ম্মেরক
সঙ্গে ধর্ম্মের সম্বন্ধ নেই তাকে ঈশ্বরের নাম করতে
অকাতরে মিনতি কর্; যে তাঁকে যে কোন বিশুদ্ধ
ভাবে পেতে চেষ্টা করছে তাকে সেই ভাবে আলিঙ্গন
কর্; আর যে তাঁর মহিমা জানতে পেরেছে তার সঙ্গপ
লাভে নিজের জীবন কৃতার্থ কর্।

১০০

"সকলই তাঁর ইচ্ছা" বলে' যতক্ষণ বাইরে দোহা
দিয়ে চল্‌বি, ততক্ষণ তোর ইচ্ছাটাই প্রবল হ'য়ে হয়
খেল্‌ছে মনে কর্‌বি। দেখ্, তাঁর ইচ্ছা যখন তোর
ভিতর এসে জায়গা পাবে, তখন তাঁর ইচ্ছা ও তোর প্র
ইচ্ছা এমন মিলে' মিশে' থাক্‌বে যে দুটিকে আলাদা
করে' চেনা যাবে না। তোর ইচ্ছা যতক্ষণ আছে, স
ততক্ষণ বিহিত কর্ম্মাদিতে তাঁর ইচ্ছার অনুগত হ'য়ে চ
চলবি এবং ফলাফল সন্তুষ্ট মনে অকাতরে গ্রহণ কর্‌বি। স
ভগবদ্ ইচ্ছায় অবিচারে আত্মসমর্পণ করাই শুদ্ধ ভ
প্রেমিকের ধর্ম্ম। এরূপে এমন সময় আস্‌বে, যেদিন স
তোর ইচ্ছা ব'লে আর কিছুই থাক্‌বে না, সকলই কেবল ভ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

র্মিগ্রক শক্তিময়ের খেলা ব'লে বাইরে ভিতরে অনুভূতি ড়েবে। বস্তুতঃ এই বিচিত্র জগৎটির কোন উদ্দেশ্যই থাকে না, যদি না বুঝতে পারিস্ যে আমরা সকলেই তাঁর ইচ্ছার সহিত অভেদরূপে মিলিত হ'বার জন্যই পলে পলে অগ্রসর হচ্ছি।

১০১

সকল কাজগুলিই দেখ্‌বি এক একটি লক্ষ্য ধরে চলে। যেখানে লক্ষ্য স্থির নেই, সেখানে কর্ম্ম নিষ্ফল হয় বা কর্ম্মের শ্রী থাকে না। তাঁকে জান্‌বার এক রউপায় হচ্ছে উপাসনা, বা নটমণ্ডপ থেকে ঠাকুর মন্দিরে রপ্রবেশ করা। উপাসনা আত্মা পরমাত্মার মধ্যে সেতুস্বরূপ। জাগরণে ও স্মৃতির ভিতর দিয়ে পরমাত্মার , সান্নিধ্যে আত্মার আসা-যাওয়া রূপ নিয়মিত ব্যবহার চাই। শারীরিক ব্যাধি প্রতিকারার্থ যেমন ঔষধ, তেমন সংস্কার-মলিন মনকে ত্রাণ করবার জন্যে ঈশ্বরচিন্তা অত্যাবশ্যক। এর জন্যে প্রত্যহ সকাল বিকাল নির্দ্দিষ্ট সময়ে নিত্য কার্য্যাদি তো করবিই, তদুপরি সর্ব্বদা জাগতিক বিষয় বৃদ্ধির যত্নের ন্যায় তাঁর ধ্যানও

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বাড়াবার চেষ্টা কর্‌বি। বেতালা, বেস্থুরা যেরূপ গান-কীর্ত্তন জমে না, সেরূপ উপাসনার সঙ্গে সঙ্গে একটি স্থুর বা তাল না থাক্‌লে সাধারণতঃ মন বসে না। আত্মা বা ভগবান সাধারণ বুদ্ধির অগোচর হ'লেও প্রাণ সম্বন্ধে পরিচয় কারুর অজানা নেই। মানুষ যখন মরে তখন সকলেই বলে তার প্রাণ নেই। প্রাণরূপী শ্বাস-প্রশ্বাসকে সাধনার অবলম্বন ক'রে চল্‌লে শক্তি বৃদ্ধি পায়। এ উপলক্ষে একান্তে একাসনে সরলভাবে কিছুক্ষণ ধরে' বসে' অন্তরে একাগ্র দৃষ্টি রাখ্। তারপর শ্বাস-প্রশ্বাসের সঙ্গে সঙ্গে সহজ ও সমভাবে নাম বা মন্ত্র জপ কর্। শ্বাস ও নাম এক যোগে চল্‌তে চল্‌তে দীর্ঘ অভ্যাসের ফলে, প্রাণবায়ুর গতি স্ব-ভাবে এলে দেহ স্থির ও মন একমুখী হবে এবং প্রত্যক্ষ দেখা যাবে যে জীবমাত্রেই এক মহাপ্রাণের দ্বারা অনুপ্রাণিত।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi